Guide pratique complet du spiritualisme

Daniele Sassi

Copyright © 2013-2026

Tous droits réservé
All rights reserved

A PROPOS DE L'AUTEUR

Qui suis-je ?

Daniele SASSI

- Coach de vie (Méthode UMEO)
- Formateur d'adultes

Tessinois

Habite le Valais, Suisse
Célibataire

E-mail d.sassi@live.com

Internet : www.danielesassi.net

Quelques précisions:

Mon livre s'adresse à tous, aux non-croyants comme aux croyants quelle que soit leur religion. Si j'utilise le mot "Dieu" c'est par commodité. A chacun d'y substituer celui qui lui convient : "La Source", "L'Energie", "L'Univers", "L'Être", "Le Prophète", etc. Les mots "spiritualisme, spiritualiste, spirituel, spiritisme, spiritiste" ont pour moi, dans le fond, toute la même signification dans le sens où ils affirment l'existence de l'Esprit comme réalité supérieure à la matière et antérieure à elle, posant également en principe la spiritualité de l'âme et affirmant les valeurs spirituelles et morales. Le mot "guérison" s.v.p. le comprendre comme "aide" à la guérison. Veuillez s.v.p. noter que les mots comme "médium, guérisseur, patient", etc. s'appliquent bien sûr tout autant aux femmes qu'aux hommes !

Permettez-moi de vous féliciter !
En lisant ce livre, vous faites le bon choix. Je vous souhaite une belle lecture, et surtout, beaucoup de plaisir ! Cordialement, Daniele, dolce come il miele ! (= doux comme du miel)

TABLE DES MATIERES

SPIRITUALISME ET MEDIUMNITE 7

MEDIUM SPIRITUEL-GUERISSEURS 64

NETTOYAGE ENERGETIQUE, HARMONISATION DE L'HABITAT 125

TRANSE 143

LES PIONNIERS DU SPIRITUALISME 177

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE 230

AURAGRAPHE 258

SUICIDE, CONSEILS POUR LES PROCHES 263

LE PARDON 266

L'AURA 268

LA MEDITATION 304

COURS, QUESTIONS ET OBJECTIFS 323

CREATIVITE 347

PENDULE ET RADIESTHESIE 356

EXERCICES 364

ILS ONT DIT... 443

TEMOIGNAGES 455

SOLUTIONS DES EXERCICES 459

BILIOGRAPHIE & LINK INTERNET 463

REMERCIEMENTS 471

A PROPOS DU LIVRE ET MOI 472

SPIRITUALISME ET MEDIUMNITE

L'HISTOIRE

Platon (Athènes 428 - 348 av. J.-C.) croyait en l'au-delà. Il y a plus de 2'400 ans, il discutait avec des gens qui n'étaient pas religieux ; voici ce que ce célèbre philosophe grec disait sur l'après-vie : "Quand la mort se rapproche d'un homme, sa partie mortelle meurt, mais la partie immortelle s'écarte, pure et incorruptible !". La plupart des diverses formes de phénomènes liés à la médiumnité sont aussi vieux que l'homme lui-même. Au cours des âges, les êtres humains ont été au courant de l'existence des Êtres désincarnés. Dans les premiers temps, quand l'homme vivait près de la nature, le culte des ancêtres est devenu une forme de religion ; l'homme primitif n'avait aucun doute que ses ancêtres avaient survécu à la mort et qu'ils avaient le pouvoir d'influer sur la vie. Donc de la révérence était montrée aux défunts afin de recevoir leurs faveurs. Les sages de la tribu, qui possédaient des pouvoirs, témoignaient de la présence des Esprits. Des formes de communication furent mises en place. Les Égyptiens déposaient toutes sortes d'objets dans les tombes pour que le défunt puisse les utiliser dans sa prochaine vie.

Les Assyriens et les Romains pratiquaient la "divination" pour obtenir des conseils des dieux et de bons augures. Les Grecs consultaient les oracles. Les chrétiens avaient Jésus Christ, guérisseur, enseignant. Jésus allait près des morts, la Bible parle beaucoup de son travail et de ses apôtres. Il nous faut tous comparaître devant le tribunal de Christ, afin que chacun reçoive selon le bien ou le mal qu'il aura fait " (2ème Épître de Paul aux Corinthiens ch.5 v.10). Aujourd'hui encore, certaines cultures ont leurs sorciers qui invoquent les pouvoirs de l'Esprit de guérison. Donc on peut considérer qu'il n'y a rien de nouveau dans le concept d'un Monde Spirituel habité par des Êtres désincarnés ou dans l'utilisation de l'Energie pour obtenir une communication ou une guérison avec les Esprits. L'église chrétienne fut fondée sur la base de la médiumnité. Jésus de Nazareth est considéré comme un "surdoué", comme illustré dans les rapports de ses pouvoirs de guérison inspirés de ses enseignements et de ses "miracles". Après la Crucifixion, on rapporte que Jésus a été vu et entendu par Paul et d'autres. Il est clair que la médiumnité a joué un rôle important dans l'œuvre des apôtres dans la diffusion de cette nouvelle religion et sa présentation dans les services de l'Eglise. L'Ancien et le Nouveau Testaments dans la Bible font de nombreuses fois référence à des capacités psychiques, des discours inspirés, des discours dans d'autres langues, des guérisons et ainsi de suite. Au IVe siècle, le Concile de Nicée a mis fin au travail des Spirituel. Les conseils divins ne devaient être dispensés que par l'Esprit Saint. Les Spirituel ne pouvaient plus être recherchés que dans la prêtrise car seuls les prêtres avaient désormais le "droit de médiumnité".

Les "faux prophètes" étaient considérés comme des serviteurs du diable, et des sorciers. Au même titre que les hérétiques et les sorcières, les Spirituel ont tous été persécutés. Cette persécution a été intensifiée à la fin du moyen-âge, en 1484, par une bulle papale et la publication du "Malleus Maleficarum" ou "Marteau des sorcières". Pendant cette longue période de persécutions (du XVe au XVIIe siècle), toute personne soupçonnée d'utiliser des dons psychiques, dans n'importe quel but, risquait d'être torturée, jugée et brûlée. Des milliers de Spirituel ont été ainsi mis à mort. Si vous aviez un différend avec votre voisin, il suffisait de le dénoncer… Au XVIIIe siècle, le savant et astronome suédois, Emmanuel Swedenborg était connu pour ses écrits philosophiques reçus par des Enseignants de l'Esprit. Il est mort en 1772. Son travail a été continué par le biais de la médiumnité du jeune Américain, Andrew Jackson Davis

Le début du spiritualisme moderne est généralement considéré à partir des événements qui ont eu lieu à Hydesville, état de New York, USA, le 31 mars 1848. Dans une maison appartenant à la famille Fox, on entendait de drôles de bruits. Les deux sœurs, Margaret et Catherine, filles de Madame Fox, avaient commencé, par jeu, à répéter les battements qu'elles entendaient. Un jour, elles lancent un défi à "l'Esprit" qui était responsable des bruyants claquements dans la maison. Elles l'appellent Monsieur Splitwood. Elles commencent à lui poser des questions, par exemple, elles lui demandent de frapper leur âge. Les réponses sont étonnamment justes ! Ça doit bien venir d'une intelligence !

Elles essayent alors en claquant des mains mais sans bruit... réponse juste, Monsieur Splitwood peut donc voir ! Elles fabriquent une sorte de code pour les lettres et un autre pour "oui" et "non". Une nuit, Madame Fox (la mère) lui demande de combien d'enfants elle est la mère. L'entité donne une mauvaise réponse, sept coups sont frappés au lieu de six. Madame Fox repose la question et ajoute "Combien d'enfants vivants ?" Six coups. "Et combien de morts ?". Après une pause, on entend un coup plus puissant. L'Esprit a tenu compte d'un enfant mort à l'âge de trois ans. L'entité n'a donc pas commis d'erreur. Réponse correcte même pour l'enfant qu'elle avait eu et dont personne ne connaissait l'existence. Monsieur Splitwood alors expliqua qu'il s'appelait Charles B. Rosma. Il était un représentant qui faisait du porte à porte pour vendre des casseroles. La personne qui habitait la maison avant s'appelait John Bell et c'était lui qui l'avait assassiné et caché son corps dans la cave. Malgré de nombreuses recherches on ne retrouva rien, mais la publicité que cela suscita amena beaucoup de journalistes devant la porte de la famille Fox. Pour avoir enfin la paix, Madame Fox dit aux journalistes que c'était une histoire inventée par ses enfants et que rien n'était vrai. C'est en 1904 que le corps de Charles B. Rosma fut retrouvé derrière un faux mur. Voilà bien la preuve qu'il est possible de communiquer avec les Esprits. Les nombreuses enquêtes effectuées ont permis à la médiumnité de s'ouvrir une fois de plus. De nombreux cercles se sont formés pour sa transmission ultérieure.

Dans un court laps de temps, un grand nombre de sociétés spiritualistes furent fondées aux États-Unis, non seulement pour développer les phénomènes psychiques mais aussi pour les implications religieuses qui se trouvaient derrière les enseignements reçus des Esprits. Les phénomènes et les enseignements attirèrent l'attention d'éminents scientifiques et intellectuels aux États-Unis et, à partir de 1852, en Grande-Bretagne. En 1853, la première église spiritualiste fut fondée en Angleterre par David Richmond à Keighley, dans le Yorkshire (encore en usage aujourd'hui). Le premier journal spiritualiste en Grande-Bretagne, le Yorkshire Telegraph Spiritual, fut publié en 1855, également à Keighley. En 1869, un comité nommé par le Dialectical Society Investigated Spiritualism étudia le spiritualisme et publia le rapport le plus favorable que toutes les administrations chargées d'enquêter avaient fait circuler jusque-là. Deux ans plus tard, Sir William Crookes rendit compte du spiritualisme à la Royal Society et publia ses conclusions dans la revue trimestrielle Science. La British National Association des spiritualistes, rebaptisée en 1884 l'Alliance spiritiste de Londres, est maintenant connue comme le College of Psychic Science fondé à Londres en 1873, suivi par la Society for Psychical Research en 1882. Cinq ans plus tard, en 1871, le journal hebdomadaire Two Worlds Spiritualist (Les deux mondes du spiritualisme) fut fondé par Madame Emma Hardinge Britten.

SPIRITUALIME, LES 7 PRINCIPES

1. Dieu le Père

La croyance fondamentale est l'acceptation d'une Energie Divine. Cette force, peu importe son nom, a créé tout et est le soutien de la création. Dieu existe au sein et autour de tout. Il est en chacun de nous. Nous sommes tous les enfants de Dieu, Il est "Notre Père".

2. la Fraternité des hommes

Nous faisons tous partie de la Force Créatrice Universelle, donc une famille en Dieu. Opérer dans la vraie fraternité créerait un mieux-être dans la vie de nombreuses personnes, ce qui porte l'égalité, la paix et la sécurité. On essaye de comprendre les besoins des autres et d'aider toutes les personnes quelles que soient leur race, leur couleur et leur croyance.

3. La Communion des Esprits et le Ministère des Anges

La communion avec l'Energie Divine est une partie naturelle et essentielle de l'existence. La communication entre l'Esprit et l'humain est une capacité innée, elle n'est pas surnaturelle. C'est une activité normale. Le but est de fournir les éléments de preuve qui appuient notre philosophie. On nous apporte la sagesse pour améliorer et éclairer l'individu, la société et le monde dans lequel nous vivons.

4. La réalité de l'Existence éternelle de l'âme humaine

L'Esprit fait partie de la Force Créatrice et est donc indestructible. L'Energie ne peut être détruite. Elle peut seulement modifier sa forme. Après la mort, le corps physique est laissé, alors que l'âme continue d'exister dans une autre dimension que nous appelons le Monde des Esprits. La personnalité individuelle continue, inchangée par l'événement que nous appelons "mort".

5. La responsabilité personnelle

Dieu nous a donné un potentiel énorme. Nous pouvons l'utiliser pour améliorer notre vie et celle des autres. Nous avons la capacité de prendre des décisions tout au long de notre vie comme bon nous semble. Ce que chacun de nous fait de sa vie est sa responsabilité personnelle, personne ne peut remplacer ce droit. Aucune autre personne ou influence ne peut redresser nos mauvaises actions. Nous sommes juges de nous-mêmes, on cueille ce qu'on sème. Il n'y a pas de paradis ni d'enfer.

6. Compensation et rétribution pour ce qu'on a fait sur Terre

Ce principe exprime la loi naturelle de la "cause et de l'effet". Cette loi fonctionne maintenant, sur Terre, ainsi que dans le Monde des Esprits. Nous faisons des choix dans notre vie, le résultat de ces choix affecte l'évolution de notre âme. Lorsque nous quitterons cette Terre, il n"y aura aucun jugement divin. Nous aurons l'occasion de dresser un bilan et de décider ce qui aurait pu être fait différemment.

7. La progression éternelle ouverte à toute âme humaine

L'éternité ne commence pas au moment du décès. L'évolution est ouverte à tous ! Toute action ou intention de changer pour favoriser la croissance de l'âme et sa progression, crée une réaction positive. Il y aura toujours la possibilité de se développer et d'aller de l'avant afin que personne ne soit jamais privé de l'Amour embrassant de Dieu.

LA MEDIUMNITE EN QUELQUES MOTS

Qu’est-ce que la médiumnité ?

C’est tous simple ! Une science, prouver des faits, des évidences. Redonner la voix à une personne rencontrée sur terre. Domaine relatif au médium et à ses facultés. Ce que font les Spirituel. Du domaine du Monde Spirituel. En parapsychologie, caractère propre aux phénomènes "non normaux" d’ordre physique ou psychique. Le mal, le négatif ne se trouve que sur Terre, c'est seulement du domaine humain, physique, mental ! L’Esprit (l'âme) n'est qu'Amour Inconditionnel, pureté. Il arrive sur Terre pur et repart pur, enrichi de nouvelles expériences ! Contrairement à ce que certains voudraient nous faire accroire, dans le Monde Spirituel, il n'y a ni "diablerie" ni "esprit bloqué, négatif ou maléfique", il y a juste… l'Amour, l'Amour Divin Infini et Inconditionnel. D'ailleurs la plupart des personnes qui ont vécu une EMI (Expérience de Mort Imminente, voir Bibliographie) en témoignent. C’est un processus "naturel". Quand on conduit une voiture on ne doit pas réfléchir comment on la conduit ! La médiumnité, c’est comme brancher le "pilote automatique", il ne faut pas trop réfléchir. Ne pas comparer, pas d’avant/après, pas d’attentes, juste continuer à se développer dans l’ici et maintenant, pas comme on veut mais comme on peut, comme on est, on avance, on change. Être naturel, juste accepter, ne pas se mettre la pression, relax, avoir du plaisir.

Ce n’est pas comme aller chez le dentiste ! "Feel" (ressentir), attendre, ressentir l’Energie de l’autre, attendre que ça arrive… comme tendre la main, ressentir depuis ses tripes, ses cinq sens ! Pas depuis le cerveau mais par le biais du plexus ! Essayer de ressentir, ne pas chercher à comprendre, ne pas chercher à comprendre soi mais l’autre ! Le ressenti est juste, c'est l’analyse, la traduction en mots qui peut être fausse. Laisser l’Esprit s’exprimer ! Ressentir l’autre, ses points forts, ses faiblesses, en dernier ce que veut le récipient, quels sont ses besoins ? Ne pas essayer de voir, simplement relax, laisser venir, ralentir le mental, focaliser sur la respiration, ne pas chercher. Si je suis faux, j’ai une possibilité d’apprendre. Je ne peux pas être toujours 100 % juste ! Ce n’est pas toujours facile, parfois c'est même dur mais les difficultés permettent de s'améliorer. Utiliser les émotions (souvenirs), des faits, l’un ou l’autre, ou les deux.

Qu’est-ce qu’un médium ?

Les Spirituel sont des personnes qui ont, par leur formation, développé leurs capacités psychiques. Elles leur permettent de communiquer avec des personnes décédées, avec le MONDE SPIRITUEL (L’instrument par qui doit passer l’information. Un processus naturel pour prouver, en apportant des évidences, l’existence d’une vie après la vie. Aider les personnes ! Surtout ne pas les effrayer ! C’est "magique" : donner la voix à qui ne l’a plus ! Peut-être encore une seule fois pour l’éternité !

Permettre au MONDE SPIRITUEL de communiquer. A l'aide d'évidences, de faits, de souvenirs, c'est "faire revivre le défunt". Souvent le MONDE SPIRITUEL, par l'intermédiaire du médium, donne aussi des conseils pour aider.

Attention!
Ce n'est pas important d'où ça vient…, c'est sorti de la bouche du médium donc c'est le médium qui porte la responsabilité de ce qu'il dit. A la personne qui écoute de prendre ou de ne pas prendre, de faire ses propres choix… Chacun est acteur de sa vie ! Ça a du sens ? C'est logique ? Ça tient la route ? Oui, faire réfléchir, le but premier du médium.

La différence entre besoins et désirs ?

J'ai besoin d'arrêter de fumer, je désire une nouvelle voiture…

Qu'est-ce qu'un récipient ?

Bien sûr ce ne sont pas des objets ! Mais bien des humains ! Des femmes ou des hommes qui, par le biais du médium, reçoivent les informations. C'est le consultant, la personne qui reçoit le "contact", "les informations", "les évidences" du MONDE SPIRITUEL, par le biais du médium.

Pourquoi j'ai choisi ce mot "récipient" ? Êtes-vous…

- Un "récipient" qu'on remplit avec n'importe quoi ?
- Prêt à sortir de votre zone de confort ?
- Prêt à essayer ? À changer ? À… ?

Quels sont les objectifs d'un médium ?

Servir avec amour et compassion. On ne devient ni riche, ni célèbre. Ce n'est ni de la voyance, ni donner les numéros gagnants du Loto. Encore moins pour changer de travail, gagner de l'argent, suivre des cours. On a été choisi par le MONDE SPIRITUEL ! Être venu sur Terre et avoir le pouvoir d'aider… n'est-ce pas magique ? Je ne trouve pas les mots pour vous expliquer!

Pour le médium lui-même

Pour son évolution personnelle ! Devenir plus spirituel. Une histoire de **M.E.C. M**ettre l'**E**go de **C**ôté ! Ne pas nous laisser empoisonner la vie par les détails mais pardonner, ne pas juger, avoir de la compassion, aider, faire de son mieux. Croire en soi-même, le MONDE SPIRITUEL nous aime ! Il n'y a pas de juste ni de faux, seulement du plaisir ! Un voyage à la découverte de soi : tailler sa pierre. Laisser arriver et accepter ce qui est nécessaire sans le désirer ! Ne pas oublier : aider (guérir) soi-même d'abord !

Pour amener les récipients à réfléchir

Leurs bien-aimés ne sont pas "morts" ! Ils sont encore là, à côté d'eux, là pour les aider ! Aider les récipients à faire des changements en les accompagnant. Ce n'est pas pour les faire changer d'idée, ou pour leur dire ce qu'ils doivent faire, mais pour les faire réfléchir ! Apporter la sagesse pour améliorer et éclairer l'individu. Parler de leurs besoins...Les amener à découvrir d'autres pistes ! Ne pas se contenter de livrer des informations que les récipients connaissent déjà.

Ne pas se contenter de parler de ce que les récipients voudraient entendre. Mais bien les accompagner, les aider avec leurs soucis, les accompagner dans leur développement. Bien sûr en évitant de jouer au psy, ou leur dire : "Tu dois faire ceci et pas cela". Souvent la personne qui vient à plusieurs soucis qui sont liés. Le but est de lui montrer une autre façon, une autre piste, l'accompagner à découvrir quelque chose qu'elle ne connaît pas, ou qu'elle connaît mais elle ne s'en rend pas encore compte, elle préfère l'ignorer. Voilà ce qui est difficile, voilà le vrai dessein !

Des exemples ?

Une femme rêve de rencontrer son prince charmant. A force de rêver, elle s'est imaginé un "idéal" ; il doit être comme si, comme ça. Et elle finit par se retrouver avec un voile devant les yeux ! Elle n'arrive plus à voir les "opportunités" qui se présentent à elle, parce qu'elle a simplement oublié le plus important : l'amour. Elle avait aussi envie de changer de travail, pour un poste avec plus de responsabilités. Puis elle a cessé de chercher parce que, inconsciemment, elle se sous-estimait. Pas de confiance en soi ! Voilà que les choses sont, là aussi, liées. Un changement de travail, une nouvelle ambiance, plus de confiance, ça va aider… Bien sûr **elle doit faire ses propres choix !** Mais ça va l'amener à réfléchir. Le médium avait dit (par exemple, de la part de sa grand-mère dans le MONDE SPIRITUEL que des opportunités se présenteraient dans les 3 à 4 mois.

Comment faire ?

Oui, ce n'est pas facile ! On doit vraiment sortir de la zone de confort, pousser pour aller plus loin, gratter !

Un mélange de "psychique" et de MONDE SPIRITUEL. C'est seulement en pratiquant, en pratiquant et encore et toujours en pratiquant, qu'on y arrive !

Y a-t-il des diplômes de médium ?

La fonction de médium n'est pas protégée. N'importe qui peut se dire médium. À ma connaissance, il n'existe aucun diplôme officiellement reconnu. Pourtant aujourd'hui c'est devenu la mode d'arborer un diplôme dans ce domaine ! Malheureusement tous ces diplômes ne sont "valables" qu'au sein des organisations (écoles) qui les ont elles-mêmes délivrés et aux yeux des personnes qui en sont titulaires.

Même en Grande-Bretagne où la SNU est officiellement reconnue par l'état et en reçoit des financements, les certificats et les diplômes décernés n'ont de valeur qu'à l'intérieur de cette organisation.

Comment perçoit-on la médiumnité ?

Les perceptions. C'est la manière la plus commune. L'Esprit communique par le biais du médium via ses émotions. Le médium perçoit ainsi des informations à travers ses sens physiques. Souvent appelée clairvoyance.

Y-a-t-il des termes plus spécifiques ?

- Claire-voyance: on voit avec les yeux
- Claire-audience: on entend par les oreilles
- Clair-ressenti : on ressent par les sensations
- Claire-olfaction: on sent par le nez (parfum)
- Clair-gustatif: on sent à travers le goût
- Claire-connaissance: savoir sans jamais avoir appris

De cette façon, le médium reçoit des informations de quelqu'un du MONDE SPIRITUEL telles que des couleurs, des images, des symboles, des sons, des nom, des numéros.

Où je situe les émotions ?

Dans les tripes ! Une espèce de mini-vortex… entre les tripes et habituellement :

- A l'avant : pour une information psychique.
- A l'arrière : pour une information du MONDE SPIRITUEL.

Par où passe l’information ?

Via le ressenti, le "feeling", "les tripes", elle doit venir du "subconscient" (ou conscience ?). Parfois elle projette des images dans le mental ou via d’autres sens (claire-olfaction, clair-gustatif, etc.), mais tout passe à travers le "feeling", les émotions ! Si j’essaye de voir, le cerveau entre en fonction, l’info est fausse ! Le MONDE SPIRITUEL c’est l’Intelligence supérieure, le MONDE SPIRITUEL sait quoi amener, soyons juste naturels ! C’est si simple. Pourquoi faire compliqué ?!

Qu’est-ce que la médiumnité objective ?

Images, projections en dehors du corps.

Qu'est-ce que la médiumnité subjective ?

De la conscience, écouter avec l’ouïe (auditif), à l’intérieur de soi, ressentir, claire audience aussi à l’intérieur. Je ne suis pas un expert, je me trompe aussi, pas toujours 100 % juste ! Mais je me fais confiance, j’insiste. Je ne rajoute pas, ne coupe pas, ne pars pas vers autre chose. J'essaye claire-connaissance. Rester en silence, écouter l’Amour, demander au MONDE SPIRITUEL des noms pour le récipient.

Quelle est la position de l'Église catholique ?

Le nouveau catéchisme promulgué par Jean-Paul. II résume la doctrine actuelle dans ses versets 2115-2117 : "Dieu peut révéler l'avenir à ses prophètes ou à d'autres saints". Le recours aux Spirituel est contraire aux dogmes de l'Eglise.

Qu'est-ce que la SNU ?

En Angleterre, la SNU, Spirtualist's National Union (Union Spiritualiste Nationale) est une société sans but lucratif inscrite en 1901. C'est une association gérée par ses membres (des Spirituel) pour ses membres. Son but est de soutenir et d'unir les spiritualistes (individus et organisations) dans un but commun, celui de promouvoir le spiritisme en philosophie, sciences et religion.

Elle prend en charge la formation des guérisseurs spirituels et des Spirituel, soutient et contribue à unifier les 350 églises spiritualistes et ses centres dans tout le Royaume-Uni et dans le monde entier. La SNU compte plus de 14'500 membres et possède un grand collège résidentiel d'enseignement et de conférences, l'Arthur Findlay College situé près de l'aéroport de Stansted, ainsi que d'autres collèges en Europe.

Attention ! Sans rien enlever à la qualité de l'enseignement qui est donné, ce ne sont pas des universités, donc quiconque peut s'inscrire !

Que peut faire le récipient pour recevoir plus de messages ?

Simple, plus vous en savez sur vos bienaimés, plus les messages sont fournis, détaillés, riches ! Interrogez ceux qui les connaissaient, cherchez…

Qu'est-ce que des évidences ?

Il s'agit d'éléments de preuves transmis par le médium au récipient, comme des faits, des dates, des noms, des souvenirs que donne le défunt pour se faire reconnaître par le biais du médium. Peut-être parfois ne vous en souvenez-vous pas tout de suite, mais après quelques recherches ces évidences s'avèrent exactes.

Un bon médium ne donne pas que des informations, mais il doit ressentir (feeling) les émotions, les souvenirs, presque devenir un acteur qui récite le rôle du défunt, une sorte de pièce qui fait revivre le défunt. Vous croyez à ce que vous voulez croire, le but du médium est de prouver grâce à des éléments de preuve l'existence d'une vie après la vie !

Ces évidences, ces souvenirs, ces faits sont en relation avec quelqu'un, ici, sur Terre. C'est pour vous ou quelqu'un que vous connaissez, un proche, souvent un membre de la famille ou un ami. Parfois aussi pour un ami d'un ami. Le médium travaille soit en démonstrations publiques, soit en séances privées.

Arrive-t-il que le MONDE SPIRITUEL ne veuille pas communiquer ?

Dans de rares cas, oui. On ne peut pas être le médium pour tout le monde ! Aussi, parfois, mais c'est rare, le récipient n'est simplement pas prêt à… recevoir.

Qu'est-ce qu'un Esprit ?

Une personne qui décède laisse ici son corps physique, reste son "esprit", la partie "divine" ; elle prend avec elle son intelligence, ses expériences, ses informations, son individualité, son amour, etc. Ce ne sont pas des fantômes ! La partie de Dieu, la force qui donne la vie, c'est la Vibration, l'Amour. Ici et maintenant nous sommes (nous, les humains) tous un Esprit, une étincelle de Dieu ! Il cherche le meilleur de nous. Il amène la lumière dans l'obscurité ! L'amour dans la haine, l'harmonie dans la disharmonie, la joie dans la tristesse, l'espoir dans le désespoir, l'aide dans la souffrance.

Qu’est-ce que le Monde Spirituel ?

L’au-delà., le paradis…, l’autre côté, là où sont les Esprits, nos Amis Invisibles. Le MONDE SPIRITUEL est là pour nous aider ! Il ne nous force pas!

Il n'y a que l’Amour. L’Amour Inconditionnel. Dieu pardonne tout ! Il n'y a que l’Amour qui compte.

Où est le Monde Spirituel ?

Il est juste ici. Il a simplement une vibration différente de la nôtre.

Y-a-t-il des niveaux dans le MONDE SPIRITUEL?

Non, il y a seulement des vies. Il n’y a pas de phase qui commence et qui se termine. Tout est vibration ! C’est un peu comme dans une famille où il y a 2 frères, l'un a 4 ans et va à l’école enfantine, l’autre a 24 ans et est à l’université. Vous imaginez le petit à l’uni ? Ou… vice-versa ?!

Le Monde Spirituel, vraiment invisible ?

Nous sommes limités par nos sens physiques et beaucoup est perdu parce que nous n'avons pas conscience de tellement de choses, et aussi parce que nous n'avons pas encore les appareils adéquats. Il y a encore énormément à découvrir dans ce domaine ! Après tout, avant la découverte du microscope, que savions-nous des cellules, invisibles à l'œil nu ?! On ne les voyait pas, pourtant elles existaient.

Que signifie la Puissance ?

- Pour les scientifiques, habileté à produire de l'énergie pendant un certain temps.
- Pour la médiumnité, "L'Énergie", "la Force" du MONDE SPIRITUEL, rien ne fonctionne sans L'Énergie.
- Chaque individu est different
- = Énergie différente pour chacun.
- La même chose pour l'Energie spirituelle.

Quel type d'Energie trouve-t-on ?

- Énergie physique, chacun à son niveau.
- Pour certains courir 1 km en 30 minutes,
  pour d'autres en 5 minutes.
- Énergie psychique de notre propre Esprit intérieur,
  "le ressenti".
- Énergie médiumnique qui vient du MONDE SPIRITUEL.
  Il faut de la force pour se connecter, si on n'a pas assez de "puissance" on reste dans le mental et on n'est pas "connecté".
  Faire monter la force avant de se connecter !

A partir de quelle source prendre la Puissance?

- De soi-même, avec de la préparation.
- Du public.
- Un peu aussi du récipient.

Connaissez-vous l’histoire de la caverne ?

Il était une fois, dans le MONDE SPIRITUEL, une caverne, là où les âmes se réunissent avant de venir sur Terre. Un jour, une âme demande : "Qui veut venir avec moi sur Terre et être mon père… ? ma mère. ?". Et voilà qu'une centaine de voix s’élèvent et disent "Moi ! Moi !. "Et mes collègues de travail ?" Encore une centaine de "Moi ! Moi ! La même chose avec les amis, etc. Puis l’âme demande : "Qui veut être mes ennemis, qui veut m’accompagner pour me faire du mal afin que je puisse évoluer ?" Silence total… personne… L’âme repose la question… Toujours le silence... Quand finalement au fond de la caverne deux âmes se rapprochent… "Oui, c’est nous ! Nous le ferons parce que nous t'aimons ! Nous irons tout doucement, en essayant de te faire le moins de mal possible."

Connaissez-vous l’histoire de la fourmi ?

Imaginez un moment que vous êtes une fourmi qui marche dans un champ à la recherche de nourriture. C’est l’été, dans la Savane. Tout à coup éclate un orage, c'est un véritable raz-de-marée pour la fourmi !

Et voilà un éléphant qui marche… mais c’est un tremblement de terre ! Un hélicoptère… c’est un OVNI ! L’Infini est tellement infini que nous ne pouvons en avoir qu'une vision restreinte ! Et puis, nous ne pouvons voir que ce que nos yeux ont été programmés… pour voir ! En d'autres mots, je pense que l'être humain ne peut pas comprendre du fait des limites de ses facultés.

Qu’est-ce que le cerveau ?

Le cerveau est l’organe humain où se trouve le mental.

Qu’est-ce que le mental ?

Ce qu’on fait avec le cerveau, la tête : penser, parler, calculer.

Qu’est-ce que le psychique ?

Domaine relatif à la Terre, au matériel, aux personnes vivantes.

Pourquoi c’est important "le psychique ?"

Environ 70 % de la médiumnité, c’est du "psychique". Il n’y a pas de formule magique pour devenir un bon médium on doit développer son côté "psychique". On doit "s'élever" à un autre niveau.

Qu’est-ce qu'un fantôme ?

Ne pas confondre avec fantasme !

Ce n’est pas un Esprit. On ne peut pas communiquer avec un fantôme. Simple "énergie physique" souvent due à une grande peur ou à un grand chagrin, voire à un traumatisme, survenu en un certain temps. C’est simplement une trace de ces émotions ("rien ne se crée, rien ne se perd, tout se transforme !"). Phénomène à la fois visuel et auditif, qui rend compte de sentiments et d'images. "Représentations fantomatiques de tragédies fort anciennes". Cela expliquerait que les légendes de maisons hantées soient fortement chargées d'émotions.

Qu’est-ce qu’une âme ?

La partie divine qui décide de venir sur Terre pour un certain temps, pour faire des expériences, difficile pour nous d'apprendre à les surmonter. Une fois de retour à la Source, on continuera à rechercher la vérité (évoluer). La réalité de soi, la partie unique, une partie du "Tout". C’est un peu comme la famille du voisin, chacun est unique (la mère, le père, les enfants, les oncles, les cousins, etc.) mais ils font tous partie d’une même famille. L’âme est une partie de la conscience collective, avec son individualité, avec une Source, une Gouvernance, un Plan divin centré sur l’Amour. Il n’y a pas d'âme négative ou méchante. Chaque âme se juge elle-même selon ses valeurs, ses choix. Personne ne juge personne. Le mal, le négatif, c'est seulement sur Terre!

Des âmes coincées ? Perdues ?

Une âme n'a pas de corps physique, alors comment pourrait-elle rester "coincée" sur Terre ? Il ne faut pas croire ce que montrent les films, les histoires d'épouvante… Ce ne sont que vieilles superstitions et croyances ! Cherchez des faits, pas des fantômes, soyez scientifique.

Que se passe-t-il quand on est mort ?

Pardonnez ma franchise ! Mais...

Quand on est mort, on est mort, un point c'est tout.

Notre esprit, la partie divine, continue son existence et évolue dans l'éternité. Elle est automatiquement dans la Lumière ! Je pense que les autres âmes sont capables de faire le nécessaire et qu'elles n'ont pas besoin d'un "passeur" d'âme ici sur Terre. D'un humain.

On m'a raconté l'histoire suivante.

Septembre 2001, New York, des âmes sont restées coincées sous les débris des tours jumelles. Des personnes se sont réunies dans le nord de l'Angleterre pour les aider à trouver la Lumière ! A New York il n'y a personne capable de le faire ? Et le MONDE SPIRITUEL, Il n'en est pas capable ? De quoi s'agit-il ?

- Seulement des "souvenirs", seulement des "empreintes".
- Ce n'est que du magnétisme !, Des empreintes!
- Une combinaison d'énergies magnétiques et de souvenirs.
- Ne faites pas de "Hollywood" !
- Ne pas ajouter de la peur à la peur.
- Esprit = Intelligence.
- La peur peut créer n'importe quelle chose !
- Quel but aurait le MONDE SPIRITUEL pour laisser faire ?

- Si ça devait arriver, il n'y aurait pas d'ordre dans le MONDE SPIRITUEL !
- Il n'est ni en haut ni en bas, Il est juste ici…
- Les personnes qui prétendent les envoyer dans la Lumière… ells les envoient où ? En haut ? en bas ?
- L'Esprit est sans corps, il n'est pas matériel ! Il vibre simplement à une autre fréquence différente de la nôtre !
- Où sont les Guides ?

  Le MONDE SPIRITUEL est une Intelligence supérieure (higher mind). Comment cela serait-il possible ?
- L'Esprit n'a pas de visage, pas d'âge.
- Il n'y a pas de garantie que les Guides aient vécu dans notre monde!

Qu’est-ce qu’un poltergeist ?

De l'allemand poltern, faire du bruit et geist, esprit. C’est un phénomène consistant en des bruits divers, des déplacements et autres phénomènes à priori inexplicables. Les témoignages sont souvent le fruit d'une imagination excessive, voire de désordres psychologiques. Concernant les "esprits frappeurs", il s'agit, dans la plupart des cas relevés, de bruits naturels venant du "travail" des menuiseries, de la maçonnerie, du passage de petits animaux ou du bruit de cours d'eau souterrains. S'y ajoutent, évidemment, des supercheries délibérées, des plaisanteries de mauvais goût et des actes de malveillance. **Mais non par un Esprit.** Ils ont la faculté de "changer", de "transformer" les énergies dans une pièce et produire des bruits. Mais uniquement dans un but positif et **en aucun cas pour faire peur !**

Comment ça peut arriver ? L’exemple de York (GB)

Dans le village de York, plusieurs personnes disaient avoir vu un soldat traverser les murs dans une maison ! Des recherches ont montré que la maison avait été construite sur une route romaine. Ces souvenirs, ces empreintes psychiques, ces mémoires sont simplement restés. Jamais, depuis toutes les années que je travaille dans ce domaine, je n'ai eu, ni pris connaissance d’une expérience négative ! **Si un jour on m'en fournissait la preuve, moi j’arrête tout immédiatement** !

Qu’est-ce que le Syndrome du troisième homme ?

C’est l'intervention d’Esprits qui aident des personnes (plongeurs, alpinistes, explorateurs, etc.) se trouvant en danger de mort. Les chercheurs en neuroscience ont attribué le terme de "Syndrome du troisième homme" à ces déclenchements de présences en période d’extrême danger. Quoiqu'en disent certains auteurs et journalistes, il ne s'agit pas d'hallucinations, mais bien de présences surnaturelles réelles qui sont décrites par les personnes ayant déclaré avoir vécu ce phénomène et avoir été secourues dans des situations dangereuses, ou même sauvées d'une mort certaine. Par exemple l'alpiniste Frank Smythe, Rheinhold Messner, les explorateurs polaires Peter Hillary, Ernest Shackleton et Ann Bancroft, ou Ron Di Francesco (seul survivant du 84ème étage de la tour sud du World Trade Center lors des attentats du 11 septembre 2001), la microbiologiste Stephanie Schwabe. Des enfants qui ont été soumis a de fortes tensions, s'imaginent des amis invisibles. Des adultes, à cause d’un traumatisme dû à un décès, "fabriquent" des présences.

Qu'est-ce qu'un ectoplasme ?

Du grec ἐκτός (ektos), au-dehors et πλάσμα (plasma), forme. Ectoplasme a été employé pour la première fois autour de 1895 pour désigner certaines manifestations perceptibles produites par des Spirituel pendant des séances de transe. C'est un "mélange" formé par des substances sortant des orifices du médium (nez, bouche, nombril) et la transformation de "substances" se trouvant dans la pièce (fils de tapis, bouts de papier). C'est ce mélange, prenant une forme plus ou moins précise, qui est extériorisé par un médium en état de transe. Les manifestations sont souvent accompagnées d'une odeur d'ozone ou de soufre. Quelques fois légèrement phosphorescentes, ces émanations peuvent parvenir à se condenser et à se transformer en mains, visages, etc. Il y a aussi des phénomènes de matérialisations. Par exemple une coquille apparaît dans la main du médium ! Dans la pièce où les Spirituel s'exercent, les rideaux peuvent changer de couleur, déteindre, les tapis ont des parties "usées". Les nombreuses photographies prises pendant les séances de transe l'étaient généralement dans une obscurité totale, elles font apparaître des formes qui sont, à l'évidence, des morceaux de gaze ou de tissus légers, entourant parfois des photographies ou des dessins. Quelques Spirituel ont été pris en flagrant délit de trucage. Mais dans certaines circonstances toute tricherie est impossible, et les performances réalisées par plusieurs Spirituel laissent effectivement perplexe.

Qu’est-ce que la"matérialisation" ?

Un objet apporté par l’Esprit. L’objet est dématérialisé, déplacé et rematérialisé.

Connu aussi sous le nom de " apport ".

Qu’est-ce que la voix directe ?

Les Esprits, pour pouvoir s'adresser à nous avec "**leur propre voix**", ont besoin de faire vibrer l'atmosphère physique. N'ayant pas de corps physique, Ils doivent donc trouver un moyen artificiel de le faire. Une façon consiste à créer un larynx artificiel avec de l'ectoplasme, ce qui leur permet de nous parler comme Ils le faisaient auparavant quand Ils vivaient sur Terre. Souvent, pour l'amplifier, Ils se servent d'une trompette. C’est un instrument (physiquement présent dans la salle) qui est utilisé pendant les séances. Il s’agit d’un cône en aluminium d’environ 60 cm de longueur. En faisant l'effet d'un larynx dans le bout étroit du cône, il va simplement agir comme un porte-voix et amplifier les sons.

Qu’est-ce que la transfiguration ?

C'est un "masque" formé avec de l'ectoplasme juste en face du visage du médium. Cela "moule" le visage qu'avait l'Esprit de son vivant et qui veut être reconnu par quelqu'un présent dans la salle.

Qu’est-ce qu’une percussion ?

Des coups, des frappements qui sont clairement audibles dans n'importe quel point de la salle où se déroule une séance de médiumnité physique. Phénomène très rare ! Il faut des années et des années d’exercices pour y arriver. Entendre une porte qui claque ou un coup sec dans un local c’est un phénomène physique et pas une percussion !

Qu’est-ce que la psychométrie ?

La capacité de prendre connaissance de l’ambiance ou d’une personne (vivante ou décédée), de ses états affectifs et intellectuels, de son histoire de vie, par l’intermédiaire d’un objet lui appartenant ou ayant été en contact avec elle.

Qu'est-ce qu'une table tournante ?

C'est un procédé utilisé par les adeptes du spiritisme pour dialoguer avec les Esprits. Lors d'une séance, les participants sont assis autour d'une table sur laquelle est posée une planchette appelée "ouija", ou tout simplement un verre retourné.

Chacun place un doigt sur le verre, sans appuyer, "ça tourne" autour des lettres et des numéros précédemment écrits sur des bouts de papier. Le verre, ou la planchette en rapprochant des lettres, forme des mots et des phrases.

Qu’est-ce que le channelling ?

Pour les Américains, c'est la médiumnité. Pour les Européens, c'est entrer en contact avec des "Guides" (une entité ou un groupe d'entités). Mais à la différence de la médiumnité, le médium ne donne pas d’évidences de qui sont ces Guides.

Qu’est-ce que la médiumnité physique ?

On ne parle pas de "transe physique" mais de "médiumnité physique". Il ne s'agit pas d'un phénomène mental (la transe) mais bien de la production de quelque chose de physique par exemple un ectoplasme). La médiumnité physique est rare, probablement parce qu’on a besoin de beaucoup d’années et d'efforts pour la développer. A ma connaissance, on peut compter sur les doigts d’une main les Spirituel qui sont vraiment capables de médiumnité physique dans le monde ! Il est impossible de pratiquer la médiumnité physique tous les jours, le médium doit récupérer. Le faire souvent aurait un impact extrêmement négatif sur sa santé. Pour éviter les fraudeurs, les tricheurs, les imitateurs, lors des démonstrations de médiumnité physique à l’Arthur Findlay College, les séances sont filmées avec une caméra infrarouge, et jamais dans l’obscurité complète ! La médiumnité physique est voulue !

Le médium s'y est préparé durant des années pour y arriver ! L'Esprit peut faire bouger des objets dans la salle sans aide d'autrui ! Plusieurs photos et documentations à voir dans le musée de l'Arthur Findlay Collège à Stansted. Reproduction du son d'instruments de musique (trompette), phénomène de voix directe. La voix n'est pas celle du médium. Toutes les personnes présentes peuvent voir ou écouter ! C'est du réel. Pour ceux qui suivent les cours en médiumnité physique, maintenant que vous savez ce que c'est, vous êtes-vous posé la question à quoi ça sert ?

Quel est le rôle de l'égo et l'égo dans tout ça ?

Notre grand obstacle ! Si je veux prouver que je suis capable, je vais faire tout faux ! Je ne dois pas avoir peur de faire faux ! Dès que j'ai l'information, je dois la donner.... Plus je m'accroche, plus je pense, et moins ça marche. Mieux vaut être 10 fois faux qu'une fois juste ! Bonjour la "confiance en soi" ! Les personnes traumatisées, ou avec un mental "excité" auront plus de difficultés. On doit sortir du schéma "blanc/noir". Les bases sont les émotions!

Qu’est-ce que je dois accepter ?

- Parfois ce n'est que du psychique, que de l’imagination ! C'est simplement faux !
- Je suis comme je suis. Ce que je veux, je le suis.
- Ce que Dieu aime que je sois (like to be).
- Quel pauvre monde si on était tous les mêmes !

Que dois-je faire pour être un bon médium ?

- Méditer chaque jour, surtout laisser l’Énergie se construire
- Développer la curiosité, soyez indiscret, creusez,
- Essayez de tout savoir sur votre récipient !
- Ne pas se contenter!
- Il n’y a pas de miracle, c’est une histoire...
  De... **M. E. C**. = Mettre l’**E**go de **C**ôté
  Et en plus, de...
  P. E. T. E.
  = **P**artager **E**xpériences **T**ravailler **É**voluer

C’est simple ! Ça ne veut pas dire que c’est facile !

Facile de recevoir l’information, c'est la comprendre, la "traduire en mots" qui est difficile ! Ne détruisez pas l’info…, faites confiance ! C’est comme apprendre une autre langue ! Je me rappelle que lorsque j’ai appris à faire du vélo, j’ai commencé avec des roulettes de chaque côté. Puis, elles ont été remontées toujours un peu plus haut, et pour finir on les a enlevées ! Alors ma mère m’a accompagné quelques fois en posant sa main sur mon dos.

Et un jour… voilà !

Quelles sont les difficultés au départ ?

- Timidité, on n’ose pas… et le besoin de reconnaissance…
- Croire en soi-même au lieu de croire les autres.
- Être soi, naturel, avant de comprendre l’Esprit,
- Se comprendre soi-même
- = être prêt à travailler sur soi.
- Avoir du plaisir… !

Qu’est-ce que je n’oublie pas ?

- Le médium est un être humain. Alors comme tout le monde il se trompe, parfois il y a des jours où "ça ne va pas" ! Pour cela qu'on ne peut pas évaluer un médium en une seule fois!
- Le MONDE SPIRITUEL ne parle pas en mots, il n’à pas de physique, seulement du "feeling"…
  Il utilise des symboles, des signes subtils.
- J’ai (nous avons) le libre arbitre, nous sommes responsables de nos décisions, des choix, de nos actes !
- La connaissance aide la confiance.
- Clairvoyant ou clair-vacant ? Je me questionne. Ça a du sens? Ça tient la route ?
- Je suis un pasteur pas un mouton!
- Les autres m'intéressent. "Enjoy the magic" = profiter, apprécier la magie !
- Ne pas être crispé, rester naturel, J'écris pour me vider, j'utilise un journal intime.
- De temps en temps, penser à nos proches et aux personnes décédées qu’on a connues ;
- avoir des pensées positives pour eux !
- Connaître sa propre âme, l’aimer.

On sera toujours confronté à des sceptiques...

Ces âmes désincarnées sont incroyables ! Ne pas rester dans le général mais les laisser "parler" des émotions, de leur essence, des souvenirs de quand ils étaient sur Terre !

Que veulent dire C.P.D. et R.P.D. ?

C. P. D. **C**onseil **P**as **D**emandé !

R. P. D. **R**ecommandation **P**as **D**emandée !

Qui suis-je, moi, pour vous dire ce que vous, vous devez faire ? Même les psys ne parlent pas comme ça. Chacun est l'acteur de sa vie, chacun prend (doit prendre) ses propres décisions. Moi je préfère parler en "je", par ex. "Je pense que…", "Je suis sûr que…"Ou mieux encore, laisser la personne faire elle-même ses propres choix. "Que pensez-vous de… ?", "Quelle est votre opinion ?", "Pour vous… ?", "Selon vous… ?", "Comment…?"

De quoi a-t-on besoin pour y arriver ?

- Dévotion, passion, ambition, apprendre,
- se fixer des buts.
- Être comme on est, unique, avec son amour pour la simplicité.
- Trouver sa paix, se sentir bien avec soi-même, s'aimer pour donner, Prendre soin de son bien-être, vivre une vie normale.
- Ne pas aller en avant mais laisser aller.
- Travailler depuis sa propre âme… ressentir, "feel".
- Laisser sortir les émotions, sans émotion = zéro !
- Un mot : décider.
- Balance… équilibre, la meilleure chose.

Qu’est-ce que je dois apprendre ?

- Pas de médiumnité sans évolution personnelle, suis-je prêt(e) ? Regarder son développement, partager, ne pas masquer, écouter l’autre, questionner, apprendre la relaxation. Humilité, faire confiance à l’Amour Inconditionnel,

  sans MONDE SPIRITUEL… rien.
- Penser aux autres, être honnête avec soi-même et les autres.
- Confiance en soi, être soi-même et non ce que les autres veulent que l'on soit !
- Ressentir l’Énergie, être conscient de la Présence.
- Tout arrive via les émotions, notre cerveau transforme

  = émotions – cerveau - paroles…
- Se connecter à son propre Esprit, ressentir et non deviner.
- Imagination, visualiser les choses de la vie de tous les jours.
- La peur de l'inconnu, le plus grand problème.

Quelles sont les clefs du succès ?

- Méditer chaque jour pour mieux se lier au MONDE SPIRITUEL ! Juste s'asseoir pour ne rien faire et sans attente ! et laisser l'Énergie se construire. Trouver sa paix intérieure et se focaliser sur elle.
- Être conscient de ses possibilités. Être dans une attente positive quand on fait les connexions.
- Dire exactement ce qui vient dans sa tête. Laisser aller, ne rien changer.
- Pratiquer. Avoir du plaisir. Vivre la vie. Faire des expériences !
- Croire en soi-même, le MONDE SPIRITUEL nous aime ! Il n'y a pas de juste ni de faux, seulement du plaisir.
- Ne cherchez pas la perfection ! Vous allez vous tromper.
- Prenez le fil rouge que le MONDE SPIRITUEL vous donne ! Ce n'est pas moi qui vais écrire ce qu'une mère décédée va dire à sa fille sur Terre ! Le MONDE SPIRITUEL, ce ne sont pas des extraterrestres, simplement Ils n'ont plus de corps physique ! Il n'y a pas de règlements !
- C'est un monde d'émotions, ressentez ces émotions !

Je suis tellement agacé quand j'entends des participants qui me racontent que d'autres "enseignants" leur disent qu'ils ne pourront jamais devenir médium ! Moi je connais une médium de renommée internationale, à qui un autre médium très connu avait dit qu'elle ne serait jamais médium ! De quel droit dire cela ?! Il ne s'agit que de sa propre opinion ! Évidemment pas celle du MONDE SPIRITUEL. En tant qu'enseignants, nous sommes limités par le simple fait que nous sommes mortels.

Nous ne connaissons pas les intentions du MONDE SPIRITUEL et encore moins quels sont les plans divins ! Nous pouvons seulement émettre des hypothèses sur le parcours des participants à un moment donné. Dans ce genre de cas, je réponds toujours : "Ne permettez jamais à un simple mortel de s'interposer entre vous et vos rêves." Je dis aussi : "Vous avez le choix, soit vous croyez à ce qu'on vous a dit, soit vous leur prouvez le contraire, qui pourrait être simplement de construire votre puissance, ou tout simplement vous aider dans l'auto-guérison. Mais ne jamais dire jamais !".

Les 6 étapes S.P.I.R.I.T. pour la médiumnité

Pour une connexion à succès rappelez-vous : vous êtes en bonne santé psychique, et vous travaillez sur rendez-vous.

1. **S... silence**
   Choisir un endroit silencieux où on se sent bien
   Entrer dans le silence

2. **P... préparation**
   Position confortable
   Chaise, eau, musique, téléphone éteint
   On se sent : fatigué ? euphorique ? bien ?

3. **I... intention**
   Pourquoi donne-t-on la permission ?
   Que veut-on faire ? Quel est le but ?
   Naturel, passion, avoir du plaisir, sinon mieux vaut faire autre chose…

4. **R... réactiver / Réfléchir**
   Réactiver:
   L'Energie, rester dans la simplicité comme un enfant
   On se donne la permission de recevoir l'info
   Imaginez que :
   - Vous "embrassez" l'Esprit.
   - Vous prenez le/les récipient(s) dans vos bras !
   Réfléchir…

5. **I... interagir**
   Oui, "inter-agir"
   Visualiser, ressentir, questionner, pourquoi, pour qui, comment, qu'est-ce que ça veut dire ?
   Accueillir : Bienvenue ! Viens plus près !

6. **T... trust (confiance)**
   Avoir confiance !!!
   Ne pas se mettre la pression, pas de compétition
   Accepter d'être juste, de bien faire
   On a le droit de se tromper !

A quoi ça sert les 4 étapes C. E. R. T. ?

Une fois la préparation terminée (S.P.I.R.I.T.), les 4 étapes C.E.R.T. représenteront votre structure pour votre contact ! Ainsi vous aurez un "fil rouge" pour votre "connexion". A mon avis l'idéal pour qui fait ses premiers pas !

Attention pas tous les enseignant sont d'accord.

Utile seulment pour les débuts : pour qui comme moi, à besoin de structures, ou est cartésien. Une fois que vous vous êtes familiarisés, laissez le choix au MONDE SPIRITUEL et saisissez le "fil rouge" qu'Il vous tend, je vous garantis, il n'y a pas mieux !

Que signifie C. E. R. T. ?

C... Communicateur : Qui est-ce ?

- Homme ou femme ? Parent ? père / mère, frère / sœur, fils / fille ? Grand-père / grand-mère (maternel / paternel)? Ami, connaissance? Ami d'un ami ?
- Si faux, pas de problème : continuer. Défi : Transformer le "non" en "oui".

E... Evidences : Comment est-il mort ? Qui était-il ?

- Cause du décès : accident ou maladie ? Préciser :
- Si accident : était-ce un accident de moto ? de voiture ? Était-il passager ? conducteur ? S'est-il fait renverser ?
- Si maladie : avait-il un souci de respiration ? Plus concret : est-il mort d'une crise cardiaque, cancer du poumon, etc. ?

- Où ? À l'hôpital, à la maison ?
- Tombé sur le lieu de travail, en montagne, dans le lac ?
- Caractère : gentil, autoritaire ? Comment ? Spécifier.
- Que faisait-il ? Comment vivait-il ? Hobbys ? Spécificités, évidences ? Ressentir. Qu'est-ce qui fait de lui qu'il était unique ? "Tenir le lien".

R… Raisons : Pourquoi est-il venu ?

- Questionner : Pourquoi ? Comment ? Où ? Quand ?
- Dis-moi…, Raconte-moi… "Tenir le lien".
- Quelles sont les attentes du récipient ?
- Quel est le message ?

T… Tidy up (= mettre en place, compléter)

- Quels sont les souvenirs communs entre l'Esprit et le récipient ?
- "Tenir le lien", L'Energie change ? Une autre arrive ? Recommencer.
-

En résumé :

- Les faits : principales caractéristiques ?
- Quelles émotions ? (Esprit et/ou récipient)
- Se mettre "dans la peau" de l'Esprit.
- Souvenirs ? Particularités ?
- Raison du message ?

Attention à ce que vous dites !
Vous êtes responsable de vos mots et de vos actes !

Ecrivez vos étapes S.P.I.R.I.T. pour la médiumnité

CONSULTATION PRIVEE DE MEDIUMNITE

Qu’est-ce qu'une consultation privée de médiumnité ?

Vous êtes seul avec le médium. Il est possible de vous faire accompagner d’un membre de votre famille comme votre partenaire, frère/sœur. En dehors du cadre familial, vous risquez que les évidences soient toutes pour l’autre personne ! Ce ne serait pas non plus la meilleure consultation, difficile pour le médium de ne pas mélanger les deux Énergies !

Comment commencer ?

Avec une attitude positive ; pensez mentalement à une "formule", par exemple :

- "Je suis la voix de l’Esprit."
- "Je suis, je peux, je veux."
- Quelle est votre formule ?!

Les yeux ouverts !

Regardez votre récipient dans les yeux

Connexion "indirecte" avec le MONDE SPIRITUEL

Parlez de votre récipient au niveau psychique et ensuite continuez comme ci-dessus. Avant de ressentir, ou en d'autres mots, de vous connecter avec le MONDE SPIRITUEL, commencez par parler de la personne qui est en face de vous. Par exemple, évoquez sa situation actuelle, ses points forts. On aime toujours entendre parler de soi en termes **positifs !**

Vous êtes alors en mode psychique. Après quelques phrases, vous ressentez la présence de quelqu'un du MONDE SPIRITUEL, commencez cette fois à **interagir** et continuez avec les évidences.

Connexion "directe" avec le MONDE SPIRITUEL

Se mettre "dans la peau" de l'Esprit et ressentir, "écouter", le laisser parler de lui ; qu'est-ce qu'il a envie de dire ?

Connexion directe ou indirecte ?

Je connais des médiums internationaux qui utilisent soit une méthode soit l'autre, avec succès, c'est au "feeling". Avec laquelle vous sentez-vous le plus à l'aise ? Je vous invite à essayer les deux. L'Esprit n'as pas de préjugé ! Il est pur et en plus Il répond.

N’oubliez pas :

- Livrez un mélange de faits, d'expériences, de souvenirs.
- A votre vitesse, c’est du "naturel".
- Quelles émotions ressentez-vous du MONDE SPIRITUEL?
- Quelle est l’essence ? Les souvenirs ? Quelle était sa personnalité ? Quelles sont ses particularités ?
- Qui est-ce ? Quelle cause du décès ? Accident, maladie ? Préciser, à l’hôpital ? À la maison ?

  Tombé au travail, dans le lac ?
- Caractère : gentil ? autoritaire ? comment ? spécifiez.
- Que faisait-il ? Comment vivait-il ? Hobbys ?
- Qu’est-ce qui fait de lui qu’il était unique ?
- Ses spécificités ?
- Quels sont les souvenirs communs entre l'Esprit et le récipient ?
- "Tenir le lien". L’Énergie change ? Une autre arrive ?
- Si faux, pas de problème : continuez.
- Le défi : transformer le "non" en "oui".
- Partagez votre passion, l’essentiel est d'aider votre récipient en choisissant les bons mots.
- Pas de conseil !

  Tu dois faire ceci, tu dois quitter ton mari!
- Parlez des besoins du récipient et non seulement de ce qu’il veut entendre !

- Montrer un autre chemin, l'aider à réfléchir).
- Que se passe-t-il dans la vie de votre récipient ? Comment pouvez-vous l'aider ? Laissez-vous guider par le MONDE SPIRITUEL.
- Le but : amener le récipient à la réflexion. Il ne paie pas que pour recevoir des infos qu'il connaît déjà !

  Parfois ce n'est pas le MONDE SPIRITUEL, on reçoit en "psychique", ce n'est pas 100 % médiumnique, mais ça n'en est pas moins utile pour le récipient car il n'en a peut-être pas conscience !
- Acceptez que ce soit de l'imagination. Parfois le mental est trop "excité".
- C'est seulement avec l'exercice, la répétition, que vous apprenez, il n'y a pas de méthode, il faut simplement faire !
- Il n'y a pas besoin d'enlever sa montre (n'importe quel type !) du poignet, elle ne dérange pas la connexion !
- Encore moins mettre un chapeau pour vous protéger du MONDE SPIRITUEL !

DEMONSTRATION PUBLIQUE DE MEDIUMNITE

Qu’est-ce qu'une démonstration publique de médiumnité ?

La même chose qu’une consultation privée, mais sous la forme d’une conférence.

Plusieurs personnes y assistent, pour cette raison les messages seront d’ordre général et moins "personnels".

Conseils pour une démonstration publique

- Je me prépare en silence, avec une méditation par exemple.
- Je mange léger ou mieux encore, après.
- J’imagine que j'embrasse tout le public, j’ai les yeux ouverts !
- L’information que je reçois, je la donne ! Attention aux mots !

Comment démarrer une démonstration publique ?

S'adresser directement à une personne ou indiquer une zone de la salle

Je donne 2 ou 3 informations à la personne et je dirige mon regard où l'Énergie l'attire.

- Quels sont les avantages ?
  Je gagne la confiance de l'auditoire.
- Quels sont les inconvénients ?
  Les timides ne parleront pas.
  Le reste des personnes risque de s'endormir !

Lancer au public

Je donne des évidences précises sinon trop de mains se lèvent. Une fois le récipient trouvé, je fournis plus d'informations. Si je reçois trois "non", je dois reconsidérer le récipient car il est fort probable que je parle à la fausse personne.

- Quels sont les avantages ?
  Tout le monde écoute !

- Quels sont les inconvénients ?
  Attention aux "ramasseurs de messages".
  Les timides ne lèveront pas la main.

Que faire si personne ne répond ?

- Demander si quelqu'un d'autre peut prendre.
- Émettre des suggestions le père est peut-être le beau-père, la mère est peut-être la belle-mère.
- Rappeler au public qu'il est inutile de venir après la séance
- **Parti = parti !**

  Je dois laisser partir le communicateur = l'Esprit !

MEDIUM SPIRITUEL-GUERISSEURS

N.B. : Par "guérison", s.v.p. comprenez "aide à la guérison", même s'il peut effectivement s'agir d'une "guérison" tout court !

QUELQUES EXPLICATIONS

Depuis quand ?

La guérison est pratiquée depuis des milliers d'années. Seul le nom change, évolue : Magnétisme, Guérison spirituelle, les Énergies. Ces Énergies ont été et seront toujours disponibles à qui leur donnera la permission de passer par leur canal tel un vaisseau, à qui en est capable. A celles et ceux qui veulent apprendre à faire quelque chose pour le patient. C'est la raison d'être du guérisseur. Il est indispensable de faire quelque chose pour le patient, empathie...

Qui est Hippocrate ?

Né en 460 avant J.C., mort vers 370 avant J.C. Il est considéré comme le père de la médecine. Tous les médecins prêtent, à la fin de leurs études, le Serment d'Hippocrate qui dit, entre autres: "Mon premier souci sera de rétablir, de préserver ou de promouvoir la santé dans tous ses éléments, physiques et mentaux, individuels et sociaux" et "Tu ne coucheras pas avec ton patient et tu ne lui feras jamais de mal". Moi, je n'ai pas prêté le Serment d'Hippocrate mais j'ai un code éthique.

Qui est Alexandre Pope ?

Un poète né à Londres en 1688, connu pour ses versets satiriques en Angleterre, mais aussi pour cette sage parole : "Heureux sont ceux qui non pas d'attente, de ce fait ils ne seront jamais déçus." Voilà pourquoi je ne veux pas trop vous en dire, ni rien vous promettre !

Qu'est-ce qu'un patient ?

La personne qui reçoit la guérison, qui a besoin d'aide.

Que signifie guérison ?

Selon le dictionnaire, c'est la disparition totale des symptômes d'une maladie ou des conséquences d'une blessure, avec retour à l'état de santé antérieur. Disparition d'un mal moral, d'un défaut. En résumé se sentir mieux, restaurer, ramener la santé.

Qu'est-ce que la guérison spirituelle ?

Pour certains ce n'est peut-être qu'une question de mots, mais moi, je fais une différence entre la guérison spirituelle et le magnétisme dont je parlerai plus loin. La guérison spirituelle, c'est l'Énergie du MONDE SPIRITUEL canalisée par le médium pour le patient. Aussi à l'aide de pensées positives. Le médium, habituellement, ne fait pas de manipulation ni de massage, il ne prescrit pas de médicament ni de tisane ou tout autre remède. Il canalise (se syntonise), tout simplement. De nos jours, on y inclut tout et n'importe quoi, elle est diluée et n'est plus que l'ombre d'elle-même.

La guérison spirituelle est une aide à la médecine conventionnelle!. Elle ne doit pas être considérée comme une alternative. Si vous pensez être malade, vous devez consulter aussi un médecin. Si vous recevez la guérison spirituelle, cela viendra compléter votre traitement, les deux vont travailler ensemble pour aider à la guérison. Beaucoup de gens associent la guérison à un problème physique. C'est vrai, mais en partie. Lorsqu'on donne la guérison spirituelle, elle peut aider une personne sur tout ou partie de ses problèmes, donc traiter l'ensemble de la personne. Elle est administrée aux bébés, aux jeunes enfants, aux adultes, comme aux animaux et aux plantes. Que le patient ait demandé la guérison pour quelqu'un d'autre, ou que quelqu'un l'ait demandée pour le patient, la guérison est souvent efficace, même si le patient est totalement ignorant de la demande de guérison. Il peut être utile pour le guérisseur d'avoir un lien personnel avec le patient via une consultation privée par exemple, ou une lettre, ou un ami commun, ou par tout autre moyen comme une photo, afin qu'une relation guérisseur/patient puisse se former. La guérison spirituelle vient de l'Énergie Universelle, de l'Esprit, de la Source, du Divin, de DIEU = un Dieu d'Amour Inconditionnel. Parfois le guérisseur laisse même sortir inconsciemment ces émotions. Le guérisseur ne devrait jamais s'impliquer émotionnellement avec ses patients ou tenter de les guérir "de force" car cela les viderait de leur propre vitalité, même si les guérisseurs n'en sont pas conscients.

La Puissance les traversant, ils devraient rester passifs, détendus et retirés, parfaitement confiants que l'Esprit travaille. La guérison spirituelle aidera également l'acceptation, le besoin de changement et la volonté de le faire. En déclenchant ou en amplifiant l'attitude positive du patient à vouloir se sentir mieux, à vouloir SE guérir, la guérison spirituelle contribue grandement au processus de guérison, en complément d'un traitement médical bien sûr. Cet aspect de la guérison spirituelle, souvent le patient ne le remarque pas, pourtant ce "soutien psychique/émotionnel" représente une aide extrêmement importante dans son processus de guérison : on est souvent surpris de savoir que le patient a une grande influence sur son potentiel de guérison et de récupération.

Qu’est-ce que le magnétisme ?

Le magnétisme est souvent confondu avec la guérison spirituelle, c'est la raison pour laquelle il est expliqué ci-dessous. Tout ce qui vit sur Terre, que ce soient les êtres humains, les animaux, les plantes, etc., est entouré d'un champ de force. Il s'agit en fait d’un champ d'énergie dont la composition est généralement décrite comme étant électromagnétique dans sa structure. C'est dans ce champ d'énergie que les couleurs vues par certains médiums sont consignées. Par leurs teintes variées, elles indiquent ce qui se passe dans les différents niveaux physique, émotionnel, mental, etc.) d'une personne. Ces "reflets de couleurs" donnent lieu au phénomène que j’appelle "Aura". Ce champ de force fournit l'énergie supplémentaire nécessaire à une personne en période de stress et dans sa vie quotidienne. Elle complète son approvisionnement en énergie habituellement fabriquée par les fonctions corporelles à partir des énergies extérieures (absorption de nourriture et du rayonnement cosmique de l'environnement). Une fatigue soudaine, mentale ou physique, est le signe que la personne a puisé ces énergies extérieures dans les systèmes du corps. Néanmoins, il peut être parfois difficile de distinguer le magnétisme de la guérison spirituelle. On pourrait dire que la guérison magnétique, c'est simplement le transfert de cette énergie vitale corporelle d'une personne qui en a en abondance (le magnétiseur) à une autre personne qui en manque. A la différence de la guérison spirituelle, il n’y a aucune intervention du MONDE SPIRITUEL.

Qu’est-ce que le guérisseur vous demandera ?

- Pour votre confort, souhaitez-vous enlever votre manteau, votre chapeau, vos lunettes, désactiver un appareil auditif ?
- Il vous demandera de vous détendre, de vous apaiser, de fermer les yeux si vous le voulez.
- De ne pas vous inquiéter si, peut-être, vous sentez un peu de chaleur, de fraîcheur, un picotement, ou… rien du tout.
- Pensez juste à profiter de la séance. Juste RELAX !

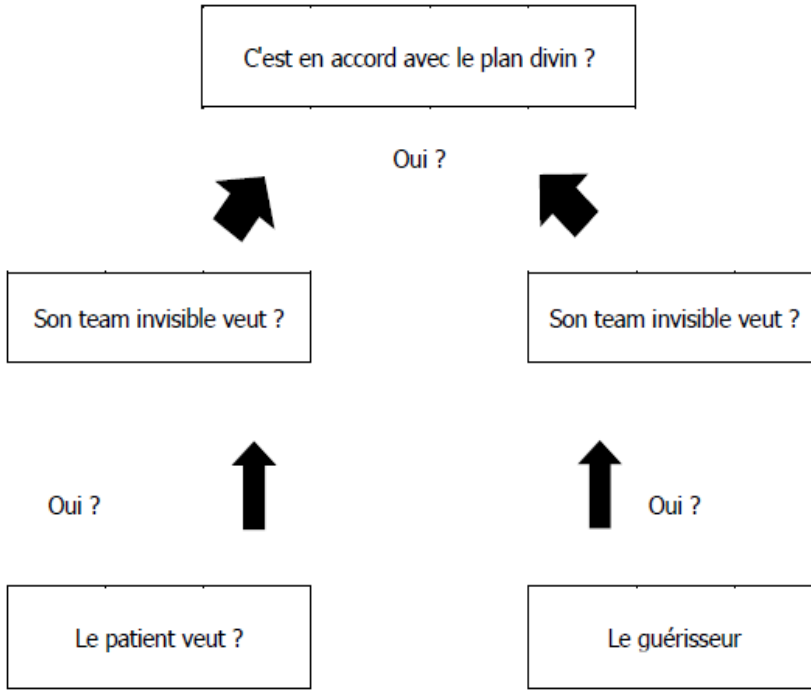
- Parfois le guérisseur, avec votre permission, placera sa main sur votre dos.
- Chaque guérisseur a sa propre façon de travailler.
- Ce qui précède n'a rien à voir avec la guérison elle-même. C’est le simple bon sens, afin que vous vous sentiez confortable.

Qu’est-ce que le guérisseur vous expliquera ?

- Comment il va procéder, le déroulement de la séance.
- Le guérisseur vous encouragera toujours à rester en contact avec votre médecin.

De qui dépend le succès d'une guérison spirituelle ?

Je vous invite à une réflexion à l'aide du schéma ci-après.



Médium-guérisseur, qu'est-ce que je veux dire par là ?

Parfois je donne des "indications" au patient, une couleur, une phrase, une suggestion. Ce que je dis sort de ma bouche, il n'est pas important de savoir d'où ça vient, c'est moi qui le dis, donc c'est moi qui porte la responsabilité. Mais c'est au patient de prendre ou de ne pas prendre, de réfléchir, c'est son choix, sa décision.

Qui peut devenir guérisseur ?

Tout le monde ! A condition d'en avoir la qualité principale : l'envie d'aider l'autre avec amour et compassion ! Oubliez si vous pensez : "Je veux changer de travail et avoir une activité où je peux gagner beaucoup d'argent, fixer mes propres tarifs, passer à la télévision, devenir célèbre, écrire des livres, avoir beaucoup de personnes qui me donnent de l'argent."

N'oubliez pas que chacun de nous a une capacité d'auto-guérison et de guérison. Lorsque nous ressentons une douleur, ne posons-nous pas spontanément la main là où nous avons mal ?!

Y a-t-il des diplômes de médium-guérisseur ?

Le terme de médium-guérisseur n'est pas protégé. N'importe qui peut se dire guérisseur. À ma connaissance, il n'existe aucun diplôme officiellement reconnu.

Qu'est-ce que je souhaiterais ?

Au lieu de penser diplômes, j'ai envie d'un rapprochement avec la médecine conventionnelle ! Ce serait, à mon avis, beaucoup plus profitable, non seulement pour nous, guérisseurs, mais aussi pour les médecins et surtout pour les patients. Mais ça avance, par ex. certains services dans des hôpitaux proposent maintenant une liste de barreurs de feu. Des médecins commencent à collaborer avec des guérisseurs, et même certains se forment à des techniques de soins énergétiques !

Combien dure une séance de guérison spirituelle ?

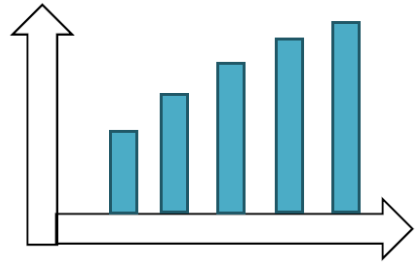
Comptez une heure au maximum, mais ça dépend aussi du patient, peut-être a-t-il des questions ? Besoin de parler ? Difficile de vous dire combien de temps…. Je pense que 80 % de la Force est transmise dans le 20 % du temps total que dure une séance. Parfois 10 minutes suffisent !

Quelles qualités doit avoir un guérisseur ?

- Amour, passion, compassion, empathie, bon communicateur, excellent écouteur.
- Avoir la foi et faire confiance au Processus.
- Une bonne présentation, ouvert et approchable.
- Responsable de ses actes, ne pose pas de diagnostic, ne fait pas de manipulation, dévoué, engagé, ne juge pas, discret.
- Pas d'interférences dans la vie des patients (ne pas dire ce que le patient doit faire ou ne pas faire).
- Vouloir et avoir l'intention d'aider, d'être au service de cette "Force".
- Développer la compassion, aimer le patient pour l'Etre humain, l'Esprit qu'il est et non pour ce qu'il fait. Vouloir canaliser cette Force, cet Amour Inconditionnel. En analyse transactionnelle, rester dans le "super moi", dans le spirituel.
- Tout le monde peut devenir guérisseur, il suffit d'imprimer des cartes de visites. Mais ce n'est pas si simple que ça…
- Le guérisseur est prêt à travailler dans l'ombre et l'humilité ?
- Évoluer en faisant un travail sur lui-même ?
- Avoir envie de prendre du temps pour son développement personnel (le savoir-faire et le savoir-être) ? Ne pas se laisser empoisonner la vie par les détails !

- Ce n'est pas au guérisseur de décider du niveau de guérison ! Il laissera le MONDE SPIRITUEL choisir quel est le meilleur niveau pour le patient et... celui que le guérisseur peut lui-même atteindre (to cope) ! La clef est dans la syntonisation ! Aussi avec le patient. Meilleure est la qualité de la connexion avec le MONDE SPIRITUEL, meilleure est la qualité de la guérison.

Qualité de la guérison



Qualité de la connexion (syntonisation)

Le mieux le guérisseur est connecté à la Force, meilleur pourra être le résultat de la guérison. C'est un peu comme pour une cheminée, plus j'en suis proche plus je suis près de la chaleur.

Est-ce un don ?

Une croyance bien répandue que cette histoire de don ! Réservé uniquement à des privilégiés, à une élite. Se faire réveiller à 3 h du matin parce que quelqu'un a une hémorragie, ou le dimanche matin à 6h30 pour une verrue qui gêne déjà depuis… 6 mois, moi je n'appelle pas ça "un don" ! Aucun don ne s'est jamais manifesté en moi… Alors comment pourrais-je devenir médium ou guérisseur si je ne le suis pas… ? Pour certains, c'est un don dans le sens où ils n'ont rien appris… (claire-connaissance) ils le font depuis toujours... Pour d'autres, c'est un travail, un investissement. Tous, on peut apprendre à chanter... mais que de travail, de volonté, d'abnégation et de passion pour y arriver (pensez à Cecilia Bartoli, Boccelli). Il faut faire des exercices, des cours. Tout le monde ne sera pas guérisseur ! Certains pensent que c'est trop difficile ; d'autres ont peur, ils se bloquent. Sans oublier qu'on aura toujours besoin de médecins, de menuisiers, d'électriciens. C'est comme danser, c'est ouvert à tous, mais tout le monde n'apprendra pas "le métier" !

Quel est le rôle du guérisseur ?

Il ne se substitue pas à un médecin ! Habituellement les soins sont efficaces pour beaucoup de choses, mais on ne fait pas encore de miracle ! Pour n'importe quel souci de santé… Parfois on vient chez moi quand le médecin dit : "Je ne peux plus rien faire pour vous" ; surtout dans le cas des maladies psychosomatiques (maladies ou symptômes physiques d'origine psychique/ émotionnel comme angoisse, stress, détresse morale, mentale).

Le patient est toujours accompagné pour son confort. Je ne fais pas de "surdosage", je demande au MONDE SPIRITUEL si le patient devrait revenir ou pas.

Pourquoi je ne juge pas ?

Le jugement est un obstacle à la progression dans une relation d'aide. Il bloque les capacités de l'autre à se responsabiliser puisqu'il le garde dans la dépendance à autrui. La relation de conseil doit s'établir sans jugement de valeur.

Pourquoi aller chez un guérisseur ?

Pour soulager des symptômes, améliorer la santé, donner le courage de supporter la douleur, provoquer un traitement, juste aider, retrouver la tranquillité (ruptures de vie : comme chômage, mobbing, divorce, etc.), se calmer. Accompagner le patient à faire des changements.

Il y a une approche holistique (le tout), par exemple :

- Physique : j'ai mal au ventre.
- Émotionnel : mon ami(e) m'a quitté(e), un proche est décédé.
- Mental : je suis sans travail, comment nourrir ma famille ?

Les mots dits qui font plus de mal que les maux ! Non seulement pour le présent, car en agissant sur le passé on peut parfois influencer le présent (pensez à l'enfance) comme le futur (une faiblesse, une habitude comme fumer par exemple). Pour qui ? Pour tous ! Du plus grand au plus petit, pour les prématurés dans une couveuse. Une aide à la naissance. Même pour les animaux !

Quels sont ses effets ?

Vous vous sentirez certainement mieux. Vous ressentirez une amélioration. Quelques fois ça n'influence pas ce que vous "vouliez", mais cela aura un effet sur… vos besoins réels (je voudrais une nouvelle voiture, mais… j'ai besoin d'arrêter de fumer !). Aide à quelque chose, même si vous ne savez pas encore quoi, mais peut-être en aurez-vous conscience plus tard. Parfois il faut un peu de temps pour que les choses se mettent en place… Ou bien encore aide à quelque chose que... vous avez oublié (par exemple le patient dit ne pas avoir de souci de sommeil mais ne se rappelle pas sur le moment qu'il prend un somnifère chaque soir pour s'endormir). Et que dire de l'effet placebo ?.

Comment je travaille ?

Seul :

- Avec le patient, en consultations privées.
- Sans le patient, qui peut aussi bien se trouver à des milliers de kilomètres, souvent avec une photo pour me faciliter le travail.

Accompagné :

- Avec d'autres confrères

Le rôle des Énergies

Les Énergies viennent de la Source (Dieu, l'Univers). Elles sont sans limites et peuvent équilibrer différents niveaux physique, mental, émotionnel, spirituel.

Le rôle du patient

Le patient suit les conseils médicaux. Il n'y a pas besoin d'y croire. Par exemple, je travaille sur les nourrissons, même en couveuse ! Les bébés ne savent pas ce que je fais ! Ne me dites pas quel est votre souci, je vous le demanderai en cours de séance. Le fait de le savoir à l'avance pourrait m'influencer. Il n'y a absolument pas besoin de demander la permission ! Le guérisseur demande à son Équipe Invisible d'aider le patient. Eux, Ils savent très bien ce dont le patient a besoin, et surtout s'il peut (ou veut) être aidé ou pas !

Qu’est-ce que la guérison par contact ?

Le guérisseur pose la paume de sa main ou ses doigts sur le dos, les épaules ou le bras du patient pour "entrer en contact" avec lui. Tout acte de guérison doit être simple et sincère. Utiliser les mains ou pas, c’est au guérisseur de choisir le plus approprié, et avec l'accord du patient. Il existe plusieurs méthodes de guérison : par contact, près du corps, à distance, en absence. La plupart des guérisseurs travaillent par contact personnel. On a beaucoup écrit sur les différentes méthodes de guérison, de sorte que de nombreuses personnes sont devenues confuses au vu de la variété des suggestions présentées. Un sage guérisseur devrait lire, apprendre, se former autant que possible afin d’évoluer dans la compréhension. La guérison est une affaire très personnelle, se composant de l’Esprit, du guérisseur et du patient. Ils nous amènent au dicton : "de l'Esprit, par l’Esprit, pour l’Esprit".

Qu’est-ce que la guérison près du corps ?

La même chose que par contact mais avec les mains à environ 7 ou 8 cm du corps. En fait il n’y a pas de contact avec le patient, et le guérisseur peut se tenir debout ou assis. Les Energies de guérison sont canalisées par le guérisseur et envoyées au patient, lorsque la guérison peut se réaliser. Il y a beaucoup de guérisseurs qui préfèrent travailler de cette manière, ainsi que de nombreux patients qui préfèrent recevoir la guérison de cette façon.

Tout le monde n'aime pas être touché par une autre personne, surtout quand c'est quelqu'un qu'ils ne connaissent pas très bien. Le sens du toucher est extrêmement sensible et étroitement lié aux processus mentaux. Les mains sont le principal point de contact entre humains. Une poignée de main est souvent le premier point de contact physique après que les regards se soient croisés. Cette méthode est aussi efficace que la guérison "contact". Les mains sont également libres d'enregistrer les sensations sans toucher le patient. Le guérisseur apprend à développer sa propre technique qui s'amplifie au fur et à mesure de son expérience. Si cette étape est suivie par une discussion, il mettra au point sa propre compréhension de la guérison.

Qu’est-ce que la guérison en absence ?

Elle est utilisée surtout quand le patient ne peut pas se déplacer. Ainsi le patient est absent et peut se trouver à des milliers de kilomètres. Un guérisseur choisit une méthode de guérison en absence qui lui est très personnelle. Cette forme de guérison, qui combine ensemble la puissance de la pensée et la puissance de la prière, prouve que l'intention est souvent beaucoup plus importante que la manière.

Qu’est-ce que la guérison à distance ?

Elle est semblable à la guérison en absence dans le sens où la guérison est envoyée par le pouvoir de la pensée, de l'intention. Cependant, dans ce cas, la pensée de guérison est envoyée à quelqu'un qui est physiquement présent. Le guérisseur peut voir le patient, le patient est près et n’est pas touché par le guérisseur. Ce processus offre les mêmes résultats bénéfiques que les autres méthodes. Pour certains patients, je trouve même cette méthode encore plus bénéfique que la guérison avec contact. Il y a une "harmonisation" plus approfondie et plus concentrée. N’ayant pas besoin d’utiliser sa main, le guérisseur peut atteindre, si nécessaire, un meilleur degré de connexion. Il est reconnu que c’est la connexion mise en place qui est la chose la plus importante.

Quelle méthode utiliser ?

Préconiser une méthode spécifique serait aussi absurde que de dire à un artiste comment peindre un tableau, comment préparer la toile, et peut-être aussi lui dire comment mélanger et appliquer la peinture ! Les règles de base sont comme un guide technique général, mais l'image, le produit fini, vient de l'intérieur de l'artiste lui-même. C'est l'expression de ses pensées les plus intimes, de ses sentiments, quelque chose de lui-même. C'est donc la même chose avec la guérison, ou toute autre forme de médiumnité. Elle est une affaire très personnelle dans sa conception. Elle englobe l'Esprit, le guérisseur et le patient. Le guérisseur doit, comme l'artiste, avoir un point de départ qui pourrait bien être un livre ou un autre guérisseur. Sans aucun doute, il devrait développer sa propre méthode particulière et personnelle de travail. Aucune règle n'est fixée concernant les méthodes pratiques qui doivent être adoptées par les guérisseurs. La manière, l'approche pour mener à bien ses soins, varie d'un guérisseur à l'autre. N'importe quelle méthode évoluera au fur et à mesure du développement personnel du guérisseur, de sa compréhension et de sa façon d'appréhender le monde, sans oublier ses propres phases de guérison physique, mentale, émotionnelle, spirituelle, ainsi que sa personnalité. En d'autres termes, la méthode est entièrement dépendante de l'individu.

Au début du traitement, il est habituel pour un guérisseur d'entrer en contact avec le patient en plaçant les mains sur ses épaules, ou en tenant ses mains dans les siennes, simplement en restant en silence en mode "écoute", ou en expliquant comment il va procéder, ou encore par toute autre forme de contact (respectueux et avec la permission du patient bien sûr !). D'autres permettent à leurs mains de se déplacer, à distance ou pas, autour du patient s'arrêtant là où elles se sentent attirées. Chez certains patients, des parties de leur corps sont particulièrement sensibles et les guérisseurs devraient toujours demander la permission d'y placer leurs mains. À tout moment les mains doivent être disciplinées et contrôlées. C'est un effet naturel de l'empathie qui est construite entre patient et guérisseur... Cette prise de conscience peut être utile pour apporter secours, confort et confiance.

D'autres guérisseurs tiennent un livre ou une liste de nom pour faire une prière générale, pour demander une guérison collective. L'objectif principal est de trouver une façon qui est appropriée pour le guérisseur sans causer de stress inutile ni d'inconfort.

Pourquoi certains guérisseurs se sentent-ils fatigués après une séance de guérison ?

Peut-être les guérisseurs n'ont-ils pas bien fait le lien (canaliser) avec l'Esprit. Peut-être ont-ils essayé de diriger la guérison là où ils pensaient que c'était nécessaire au lieu de laisser faire le MONDE SPIRITUEL.

De plus en plus de personnes recourent aux services des Spirituel et des guérisseurs, comment expliquer ceci ?

La médecine conventionnelle devient de plus en plus pointue. Elle arrive à faire des choses fantastiques ! Le minimum qu'on lui demande, c'est la "perfection" ! Mais... elle ne s'occupe que de la maladie, alors que le médium-guérisseur s'occupe du patient ! Les médecins sont obligés de recevoir leurs patients "à la chaîne", et/ou de "jouer au ping-pong" entre une salle de consultation et l'autre pour recevoir plus de patients. Ils sont de plus en plus souvent obligés de passer toujours plus de temps à rédiger des rapports, remplir des paperasses. Dans ces conditions, il est impossible "d'écouter" son patient, de penser à son coté "humain", et surtout de considérer que le patient est un "tout". Nous sommes tous différents, on ne peut pas mettre le souci des patients dans des "boîtes". Chaque patient a ses propres croyances, son passé, ses aspirations, ses rêves, ses déceptions. Impossible pour le médecin de regarder le "tout", il n'a pas (plus) le temps !

Nous sommes aussi de plus en plus sollicités, que ce soit par internet, les téléphones, la télévision, on n'a presque plus le temps d'écouter les autres et de s'écouter soi-même. On ne cesse de courir … et il y a de plus en plus de Spirituel ! La médiumnité devient plus connue grâce aux journaux, aux magazines, aux programmes TV et (finalement) fait moins peur. La médiumnité (un mot qui englobe tout) est souvent efficace ! De plus en plus difficile la vie sur Terre !

Surtout des femmes ?

Les hommes parlent moins ouvertement de leurs soucis. Les femmes sont plus "intuitives". Elles utilisent plus leur côté droit du cerveau. Naguère les sorcières étaient des guérisseuses…

Pourquoi et comment devient-on médium et/ou guérisseur ?

Les Spirituel et/ou guérisseurs sont simplement des humains comme vous et moi ! Ils n'ont rien de plus ni de moins que les autres habitants de la Terre ! Même si je pense qu'on a été choisi, on devient médium ou guérisseur comme pour tout autre métier, on veut (soulignez "veut" !) le devenir. Des cours, des formations à suivre ! C'est comme danser, tout le monde peut apprendre à danser mais on ne sera pas tous danseur-étoile !

Des Rudolf Nureyev, il n'y en a qu'un ! Ressentir l'Esprit est un privilège. N'oubliez pas, il faut d'abord se connaître soi-même, sinon comment peut-on "connaître l'autre" ?

Que faut-il faire pour être réellement efficace ?

Évoluer ...

Travailler sur sa propre personne, être capable de ne rien projeter sur le patient. Être conscient de son impuissance en tant qu'être humain, avoir de l'empathie, et surtout de la compassion ! Ressentir le besoin d'aider, avoir du plaisir en ce que l'on fait, mettre de côté l'égo, et surtout l'argent ! Éliminer les "poisons" intérieurs tels que la colère, les blessures, la haine, la rancœur, etc. Pardonner et vivre sa vie à travers l'Amour ! Continuer sa formation... S'exercer au quotidien, la pratique, l'échange, la connaissance de la philosophie, des techniques, de la théorie.

Quelle est l'importance de l'éthique dans la pratique de la médiumnité ?

Je ne peux pas comprendre qu'un médium ne puisse ne pas être "éthique" ni honnête ! Moi, j'ai un code éthique que j'enseigne dans les cours ! Voir: Quel est mon code éthique?

Comment distinguer l'ivraie du bon grain dans la palette grandissante des Spirituel et des guérisseurs ?

- Restez connecté à votre intelligence !
- Ce qui vous est dit, a-t-il du sens ? Ça tient la route ?
- Quelles sont les preuves de ce qui est dit ?
- Le bouche à oreille ! questionnez, demandez à vos amis ! Avec qui ont-ils eu une expérience positive ?
- Si le médium-guérisseur vous dit de ne pas suivre les traitements, se méfier ! Dans tous les cas, suivez les conseils du médecin !
- En cas de doute, comme pour les médecins, demandez un deuxième avis ! Consultez en un autre.
- Les tarifs des consultations, actuellement (2016), vont de "gratuit" à CHF 200.-, ça dépend aussi de ce qui est offert… Mais si c'est trop cher, commencez par vous méfier !
- Par exemple :
  - Tarif différent pour soin "intensif ou normal" **
  - Suivi "à la semaine ou mensuel"

N'oubliez pas que le guérisseur est juste un "canal", ce n'est pas à lui de choisir le mode ni la fréquence !

La guérison, toujours un succès ?

Commençons par nous poser la question, qu'est-ce que le succès ? La vie continue… sous une autre forme ! Qui sommes-nous, nous les humains, pour en juger ?! Parfois le patient ne veut pas une amélioration car il est attaché, consciemment ou non, à ses problèmes. Le rôle du guérisseur est simplement de canaliser l'Amour Inconditionnel et… de laisser faire, en toute humilité, sans jugement !

Comment faire "revenir" un patient après une séance ?

- Ne pas le toucher !
- Attendre quelques instants, et lui parler d'une voix douce en l'appelant par son prénom.

Comment envoyer un patient chez un médecin?

Sans faire peur ! J'avance à pas feutrés…

C'est mon habitude…

- Je conseille toujours à chaque patient de consulter un …
- Le dire au patient pendant la prise du rendez-vous…
- Je rappelle que je suis une aide pour la médecine conventionnelle.

Questionner…

- Quand avez-vous consulté la dernière fois un médecin ?
- Quand avez-vous fait un contrôle général ?
- Que pensez-vous des médecins ? de la médecine conventionnelle ?
- Qu'avez-vous dit à votre médecin traitant ? Qu'a-t-il répondu ?
- Avez-vous demandé un deuxième avis ?
- Pourquoi non ?

Dédramatiser…

- Faites-moi plaisir, demandez à votre médecin si…
- Faites-moi confiance, téléphonez au médecin.
- Pourquoi avez-vous peur ?
-

Questionner encore…

- Quel est l'avantage pour vous ? Pourquoi ? Comment ?
- Qu'en pensez-vous ?

Que dois-je faire pour être un meilleur canal ?

Est-ce "toi", le guérisseur, que tu irais voir en cas de besoin ? L'énergie parle plus fort que toutes les pubs, les plus beaux sites internet. Votre patient ressent votre énergie ! Ça se ressent si vous êtes en colère, fatigué, etc. Prenez aussi du temps pour vous-même (vous guérir). Beaucoup veulent sauver le monde au lieu de commencer par penser à eux-mêmes ! Bien des Spirituel "réparent" beaucoup de monde, mais oublient de regarder ce qui se passe en eux. Ils oublient de prendre du temps pour eux, du temps pour se soigner eux-mêmes ! Apprendre à cultiver l'art de la connexion. Un guérisseur doit savoir comment faire pour s'harmoniser à l'Esprit. Permettre le mélange entre son conscient et l'Esprit. Il doit être "l'écoulement" de la guérison à travers lui.

Qu'est-ce que vous n'oublierez jamais ?

- C'est le rôle du médecin de poser un diagnostic ! et si vous pensez avoir un souci de santé, consultez en un aussi !
- Les guérisseurs sont une aide à la médecine conventionnelle.
- Prudence et méfiez-vous si un guérisseur vous dit de ne pas suivre les prescriptions médicales ou de ne pas suivre un traitement !

- Si vous faites appel à un guérisseur, relaxez-vous, acceptez ce qui arrive et laissez-vous surprendre !

- Il est juste un "canal", ce n'est pas lui qui "guérit" !

- Lors d'une séance, c'est tout à fait normal si des larmes coulent, que les cils vibrent, que le rythme des battements du cœur change.

- Le patient est "le maître de son destin", "l'acteur de sa vie !". Souvent il doit aussi faire un bout du chemin, juste essayer, rester ouvert, relax, accepter ce qui se passe (chaud, froid, picotements, fourmillements ou… rien du tout).

Quel est le principe général ?

Il doit y avoir harmonie, ou un état d'harmonie, entre l'émetteur (l'Esprit) et le récepteur (le guérisseur), une correspondance réciproque. On peut dire qu'ils doivent vibrer sur la même fréquence. Par conséquent, il est essentiel pour le guérisseur de créer un rapport avec l'Esprit afin que ses équipements mental et éthérique puissent être utilisés comme transformateurs pour les Energies de guérison. Ce processus de connexion, "tuning" implique un retrait conscient des conditions matérielles afin que son "mental" puisse rester le moins actif possible. La conscience doit passer à un niveau "supérieur" qui vise alors à contacter et à devenir réceptif aux ressources infinies de l'Esprit. Comme les Energies de guérison, les Esprits sont à l'état pur et d'une fréquence élevée, il s'ensuit que plus élevé est le niveau d'initiation que le guérisseur puisse atteindre, plus grande est la qualité de la puissance de guérison atteinte. Sans oublier que la qualité de ses compétences est la qualité de son initiation. Pour y arriver, il est nécessaire de maintenir l'harmonisation tout en transmettant la guérison. Le guérisseur doit rester attentif à ce que son mental n'intercède pas trop activement. Il doit éviter d'entrer dans l'état émotionnel, la détresse du patient, de ses tensions et de ses anxiétés, sinon il restreindra la circulation de la Puissance de guérison.

Bien que le guérisseur soit au courant de ce qui se passe autour de lui (il a toujours un contrôle), il doit rester mentalement détendu et, par-dessus tout, être suprêmement confiant que tout ce qui peut être fait est fait. La capacité à se "fondre" avec le patient est la première partie importante du processus d'harmonisation. Le premier lien avec le patient est habituellement de nature psychique. Mais aussi simplement des sentiments de compassion peuvent créer le lien. C'est quelque chose de beaucoup plus profond, c'est la capacité à communiquer avec le Soi intérieur du patient, un mélange ("blending") d'âme avec âme ! "Toucher" l'âme des patients ! Pour interrompre ce lien, certains guérisseurs ont besoin de se laver les mains (ou autre technique) après le traitement des patients. Ce n'est, à mon avis, qu'un acte purement symbolique qui signifie que le contact a été rompu ! Conservant l'harmonisation avec l'Esprit, le guérisseur peut alors commencer avec le patient suivant. Avec l'expérience et la pratique, la capacité "d'allumer et d'éteindre", devient une technique bien rodée.

Qu'est-ce qu'une maladie psychosomatique ?

Il s'agit de maladies présentant des symptômes cliniques produits par des troubles d'origine émotionnelle ou psychique. Ces troubles se manifestent par des symptômes physiques pour lesquels on ne trouve pas d'explication médicale. Souvent le patient recherche auprès de nombreux médecins des réponses, suit des séries de traitements, mais en vain. La médecine psychosomatique est de nature multidisciplinaire et reçoit la contribution de spécialistes en psychologie, psychiatrie, biologie et médecine interne. Souvent il s'agit de symptômes généraux, de douleurs, de fatigue, d'épuisement. D'autres fois, une combinaison de plusieurs facteurs, psychiques, sociaux, aussi génétiques, un stress permanent, la peur, les conflits, la colère. Des événements tels qu'un divorce, le décès d'un proche, l'alcoolisme, des abus sexuels peuvent provoquer des dysfonctionnements d'organes.

Qu’est-ce qu’un placebo ?

Un placebo est une substance neutre qui est utilisée en médecine pour vérifier l'efficacité d'un composé actif. Au cours des essais cliniques des nouveaux médicaments, des placebos sont utilisés afin d'éviter des erreurs d'appréciation. Les expériences sont effectuées habituellement en "aveugle", c'est-à-dire que les patients ne savent pas s'il leur a été donné un médicament actif ou un placebo. Souvent aussi ces expériences sont menées en "double aveugle", ce qui signifie que même les médecins qui analysent les résultats sont tenus dans l'ignorance de cette information.

Qu’est-ce que l’effet placebo ?

C’est une amélioration, au moins temporaire, des conditions générales du patient qui, selon certaines hypothèses, serait déterminée par la confiance du patient dans les soins. Toujours sur la base de ces hypothèses, cette confiance peut être exprimée au niveau physiologique depuis la libération de substances chimiques appelées endorphines ou d'opiacés naturels du cerveau. L'effet placebo ne fonctionne pas toujours, notamment si le patient a des espoirs excessifs dans l'efficacité des soins. Les réponses au placebo ne sont pas associées à des types particuliers de personnalité ou de caractéristiques psychologiques individuelles.

Qu'est-ce que l'effet miroir ?

Dire à l'autre ce que l'on devrait se dire à soi-même !

QUEL EST MON CODE ETHIQUE ?

1. Je me mets à disposition pour Servir avec Amour et Compassion.
2. Je m'efforce de mériter une bonne réputation.
3. Je porte la responsabilité de ce que je dis et fais.
4. Je ne fais pas de diagnostic, anamnèse, manipulation.
5. Je ne fais pas changer les prescriptions des médecins, psy …
6. Pour travailler, je suis 100 % en bonne santé, aussi psychique.
7. Je ne fais jamais de promesse !
9. J'ai les "pieds sur Terre", et aussi une deuxième activité.
10. Respect de l'autre, tolérance ; je ne juge pas.
11. Je n'ai pas de fichiers patients.
12. Je suis une aide à la médecine conventionnelle.
13. Je travaille en présence d'une deuxième personne (témoin).
14. Je travaille uniquement sur rendez-vous.
15. Je suis la loi à la lettre.
16. Les mineurs sont accompagnés de leur père ou de leur mère, les adultes en difficulté sont accompagnés de leur tuteur, les animaux sont avec leur propriétaire.

17. Je ne fais ni du surdosage ni de la voyance.
18. J'ai la permission du patient, du médecin et du personnel soignant pour travailler dans un hôpital, une maison de repos, un home !

Quelle est l'erreur (pas d'orthographe) dans ce qui precede?!

C'est confidentiel, la solution dans mes cours !

Quel sera votre code éthique ?

Comment se déroulent mes consultations privées ?

Ne me dites pas quel souci de santé vous pensez avoir, si vous voulez on en parle au cours de la séance ! Vous êtes toujours accompagné par une personne (adulte) de votre choix qui assistera à la séance. Vous êtes confortablement assis sur une chaise (habillé). Je commence par vous expliquer le déroulement de la séance. J'entre en profonde relaxation réceptive et silencieuse. Parfois je ne pose pas la main sur le dos du patient, je reste juste assis à côté de lui, "en connexion". Je n'ai pas de "règle", c'est selon mon ressenti. Avec ou sans la main, le patient ne doit faire aucune différence ! C'est la même chose… Les Énergies commencent à "couler". Peut-être ressentez-vous du chaud, du froid, un fourmillement, un picotement ou rien du tout. Tout va bien ! C'est vers la moitié de la séance que je vous demanderai où vous voulez que je focalise mon attention. Une fois la séance terminée, vous avez la possibilité de me poser vos questions… Souvent je donne quelques indications qui pourront peut-être vous aider (couleur, phrase, mot, etc.). Une séance peut durer de 10 à 60 minutes, difficile de prévoir à l'avance, ça dépend aussi des demandes et de ce que j'aurai à vous dire, de mon ressenti.

Pourquoi un témoin ?

J'ai une formation anglaise et en Angleterre, ma profession est régie par des lois spécifiques. J'ai décidé de les suivre à la lettre. Une de ces lois dit que mon patient est toujours accompagné par une personne (adulte) de son choix qui assistera à la séance.

Pour votre confort...

- C'est nouveau, vous ne savez pas comment ça marche.
- Vous avez peut-être envie de fermer les yeux.

Pendant la séance....

- Ce que je dis est entendu et mémorisé par le témoin.
- Ce que je fais est vu par le témoin.
- Vous avez peut-être une réaction (par ex. pleurer).
-

Et une fois la séance terminée...

- Peut-être vous sentez-vous particulièrement détendu et je suis plus tranquille s'il y a une personne qui vous raccompagne.
- Peut-être avez-vous besoin de parler avec un ami de ce que vous venez de vivre.
- Mon code éthique me le demande.

Qu'est-ce que l’acceptation ?

C’est une attitude fondamentale du médium qui montre au patient que quelqu'un est en train d'essayer de le comprendre, de l'accepter dans sa totalité. L'acceptation est quelquefois plus importante que la compréhension. La personne a avant tout besoin d'être acceptée comme elle est, comme elle se sent, comme elle dit qu'elle se sent, avant de pouvoir explorer le changement. Il est important que j'accepte mes propres sentiments à l'égard de ces personnes pour ensuite développer mon acceptation.

Comment aider le patient ?

L’aider à restaurer l’estime de soi, à développer une plus grande acceptation de lui-même ! Souvent les personnes sont très sévères avec elles-mêmes par exemple, elles ne s'autorisent pas de repos, elles se sentent coupables d'être malades, etc.

Qu'est-ce que l'écoute ?

Il s'agit d'une forme d'engagement envers l'autre une attention à autrui. Écouter n'est pas seulement le fait de saisir les contenus et les sentiments que la personne a exprimés. L'écoute n'est pas un processus thérapeutique en soi mais une pratique qui induit d'emblée la relation entre un thérapeute et un patient qui se sent écouté sans les filtres habituels constitués par le jugement, l'opinion hâtive, dans la vie sociale ordinaire. Le thérapeute est bien sûr attentif aux mots mais aussi aux aspects non-verbaux (expression du visage, gestes, mouvements des yeux...) et para-verbaux (volume, ton, rapidité...) utilisés par le patient. Le thérapeute doit aussi être attentif à ses pensées, ses émotions, ses sensations corporelles.

Pourquoi le tamis ?

Comme lui, j'écoute jusqu'à… la dernière goutte qui tombe.

Que favorise le silence ?

Excepté les silences qui surviennent lors des premiers entretiens et qui révèlent la peur et l'inconfort du patient liés à la rencontre, la venue de moments silencieux est souvent favorable au processus de communication. Le silence favorise l'entrée en contact du patient avec lui-même. C'est un moment d'élaboration important en présence d'une autre personne. Il favorise la prise de conscience de soi.

Qu'est-ce que la reformulation et pourquoi ?

La reformulation de contenus permet de vérifier que l'on a bien compris ce que le patient voulait nous dire et elle permet de recentrer l'entretien quand celui-ci semble prendre plusieurs directions à la fois. La capacité à reformuler ce que l'autre vient d'exprimer constitue le premier stade d'apprentissage de l'écoute.

Qu'est-ce que la clarification ?

La clarification consiste à rendre plus clairs certains aspects évoqués au cours de l'entretien. Elle a pour objectif d'accroître les capacités d'analyse et de verbalisation du patient concernant des situations, des événements ou des sentiments. Exemple : "Vous me dites que vous avez été déçu. Qu'entendez-vous par là ?"

Qu'est-ce que la congruence ?

Elle peut être définie comme "l'état d'être" du praticien quand ses interventions au cours de l'entretien sont en accord avec les émotions et les réflexions suscitées en lui par le patient. Elle suppose de la part du praticien une disponibilité à ses émotions et une acceptation de celles-ci. En effet, Rogers développe l'hypothèse que "le changement de la personne se trouve facilité lorsque le thérapeute est ce qu'il est", lorsque ses rapports avec son patient sont authentiques, sans masque ni façade, exprimant ouvertement les sentiments et les attitudes qui l'envahissent de l'intérieur à ce moment-là. La congruence du thérapeute va en quelque sorte autoriser celle du patient. Cela favorise souvent en retour la possibilité pour lui d'entrer en contact avec ses propres sentiments. Est-ce que je m'exprime de telle manière que je communique à l'autre l'image de ce que je suis ? Si je peux me montrer tel que je suis et si je peux reconnaître et accepter mes propres sentiments, je peux alors favoriser chez autrui la croissance et le développement. N’oubliez pas les pauses après l'expression d'un sentiment.

Qu'est-ce que l'empathie ?

C’est une forme de compréhension définie comme la capacité à percevoir et à comprendre les sentiments d'une autre personne. A la différence de la sympathie ou de l'antipathie, l'empathie est un processus dans lequel le praticien tente de faire abstraction de son propre univers de référence mais sans perdre contact avec lui, pour se centrer sur la manière dont la personne perçoit la réalité. Elle se résume par une question à se poser régulièrement : "Que se passe-t-il actuellement chez la personne qui est en face de moi ?" L'existence de l'empathie est fondamentale dans l'entretien. L'adoption de cette attitude est difficile dans certaines situations graves qui nous poussent naturellement à nous sentir à la fois affecté, impuissant, et mobilise en nous des sentiments comme l'injustice ou l'inquiétude. Et pourtant une personne confrontée à une situation difficile a d'abord besoin de quelqu'un présent à ses côtés qui l'aide à faire face à ce qui lui arrive et non d'une personne qui réagit à sa place. Le minimum de compréhension formulée, même sous une forme incomplète, aide considérablement l'autre à avancer dans la compréhension de lui-même. Augmenter le degré d'estime de soi de la personne, permettre l'expression d'émotions plus profondes, par exemple : "C’est vrai que derrière cette colère, il y a en fait toutes mes peurs"…

Comment se manifeste l'empathie ?

- En mettant des mots sur ce que l'on perçoit comme l'émotion dominante chez la personne.
- En lui demandant de nous dire ce dont elle aurait le plus besoin dans l'ici et maintenant.
- En essayant de comprendre son point de vue et en reformulant ce dernier sans tenter de le modifier.

Conclusion

- La fonction du guérisseur consiste à agir comme intermédiaire entre l'Esprit et le patient.

- Un guérisseur est donc à la fois un instrument passif ("outil") et un thérapeute actif.

QUELQUES EXEMPLES TIRES DE MON EXPERIENCE

Le patient veut-il vraiment être aidé ?

Une patiente avait un problème d'angoisse. À chaque crise, sa mère posait CHF 1'000.- sur la table pour l'aider…

Le chantage affectif

"J'ai mal" = "Comme ça tu ne sors pas avec les copains et tu restes à la maison pour t'occuper de moi !"

Les menteurs compulsifs

Le terme signifie des mensonges dits régulièrement mais sans utilité, et souvent sous la forme de récits complexes et extravagants. (Ce qui s'oppose aux petits mensonges servant de temps en temps à faciliter les rapports sociaux...) L'intéressé finit par croire lui-même à son mensonge, à confondre la réalité de sa vie avec celle qu'il s'est inventée.

Les malades imaginaires

Vous vous rappelez le personnage "Argan" de Molière, qui a écrit: " Le malade imaginaire".

Non seulement pour le présent mais aussi pour le futur

Une femme est venue me voir pour des problèmes de rate. J'ai ressenti qu'elle lisait dans la pénombre le soir car sa fille ne voulait pas allumer la lumière. Elle a alors réalisé qu'il valait mieux discuter avec sa fille dès maintenant, ou lire pendant la journée, plutôt que demain devoir aller chez un opticien.

Savoir que quelqu'un va aider…

L'hôpital s'occupe du patient, le patient est entre de bonnes mains, mais à la maison ? Ses proches ? Savoir que je suis à leur disposition aide, rassure le patient.

Une faiblesse? Une attitude qu'on peut transformer !

J’ai dit une fois à une patiente : "Sortez de votre trou ! Vous avez tout en vous pour bien faire !" Elle avait peur de tourner la page… Le changement attire mais ce qui vient après, ça peut faire un peu peur ! Peur d’être… heureuse… ? Cette prise de conscience l'a vraiment aidée.

Se calmer…

Contrôler et arrêter la colère. Une mère se rendait malade de colère contre sa fille qui ne voulait pas suivre ses conseils.

Elle a compris qu'elle devait accepter que sa fille ait une vision différente (même si la mère la jugeait fausse…).

Vous avez-dit… effet placebo…

Une patiente m'appelle : "Je suis à bout, je n’en peux plus… svp faites quelque chose !". Je l'ai prise en urgence. Le fait de savoir que quelqu’un peut aider rapidement… soulage déjà…Un patient vient pour de violents maux de tête, je fais le nécessaire. Quelques jours après il m'informe d'une très grande amélioration. Une autre patiente était à bout de forces, vraiment épuisée. Le médecin avait fait plusieurs examens mais n'avait rien trouvé. Elle est venue me voir et quelques jours après, elle se sentait déjà beaucoup mieux.

L’écoute

Le fait de pouvoir "vider son sac" soulage. Un bon guérisseur est quelqu'un qui vous écoute et sur qui vous pouvez compter, surtout sur sa discrétion !

Pourquoi changer ?

Une patiente a mal à l’épaule, ce qui l'empêche de faire certaines tâches ménagères qu'elle déteste faire elle-même…Son mari les fait à sa place…

Aide à la naissance

Une mère m’appelle parce que sa fille a des problèmes pour accoucher, déjà 8 heures de travail et toujours rien ! Je fais immédiatement le nécessaire et… 45 minutes après, un joli garçon voit le jour !

Les maladies psychosomatiques

Une patiente vient me voir pour des douleurs au pied. Après le soin je lui demande : "Avez-vous envie de donner un coup de pied à quelqu'un ?" Elle répond : "Oui, ça fait déjà quelques temps que je pense quitter mon ami…". Elle prend alors conscience que le moment de le quitter est arrivé. C'est ce qu'elle décide de faire, et quelques jours plus tard, les douleurs avaient beaucoup diminué. Une patiente avait des maux de dos. Au cours du soin elle réalise qu'elle n'acceptait pas que sa collègue ait été nommée cheffe à sa place, elle ne voulait pas se plier devant la situation…

Provoquer un traitement

Une femme avait un kyste, je ne me rappelle plus où. Mais elle appréhendait tellement que ce soit grave qu'elle n'avait pas la force de téléphoner au médecin. A la fin de la consultation, elle avait retrouvé la force et le courage d'aller consulter un médecin… qui lui a prescrit un traitement hormonal. Après environ un mois tout était en ordre.

Le mouchoir / en absence

Un patient avait un cancer de la gorge. Je lui ai donné un soin à distance et envoyé un mouchoir "chargé" d'Énergie. Puis il a été hospitalisé. L'opération a duré plus de 20 heures. Quand il s'est réveillé, il n'avait pas mal, alors qu'un autre patient qui avait eu la même opération hurlait de douleur dans la même chambre. Il n'a pas eu besoin de morphine, et quelques mois plus tard le médecin lui a dit qu'il était guéri ; il respirait et parlait normalement.

Améliorer la santé

Un gynécologue avait détecté, à l'aide d'un scanner, une tache noire au sein d'une patiente. J'ai fait le nécessaire. Au contrôle suivant chez le gynécologue, il n'y avait presque plus de tache ! Un patient avait une tumeur à la hanche droite et des douleurs lancinantes. Une semaine après mon soin il ressentait une amélioration.

LES 6 ETAPES S.P.I.R.I.T. POUR LA GUERISON

Pour une connexion à succès, rappelez-vous : vous êtes en bonne santé psychique et vous travaillez sur rendez-vous.

- **S.. silence**
  Choisir un endroit silencieux où on se sent bien.
  Entrer dans le silence.

- **P.. préparation**
  Attitude positive !
  Position confortable.
  Chaise, eau, CD musique, téléphone éteint.
  On se sent : fatigué ? euphorique ? bien ?

- **I.. intention**
  Pourquoi donne-t-on la permission ?
  "Servir" l'Infini…
  Ressentir le patient. Naturel, passion, avoir du plaisir, sinon mieux vaut faire autre chose…

- **R.. rise Energy**
  Laisser "augmenter" l'Energie.
  On est comme une batterie…

- **I.. interagir**
  Laisser faire !...
  C'est l'Infini qui fait, laisser venir.

- **T.. trust (confiance)**
  Avoir confiance ! Leur faire confiance !
  Ne pas se mettre la pression, pas de compétition.
  Accepter d'être juste, de bien faire.
  On a le droit de se tromper.

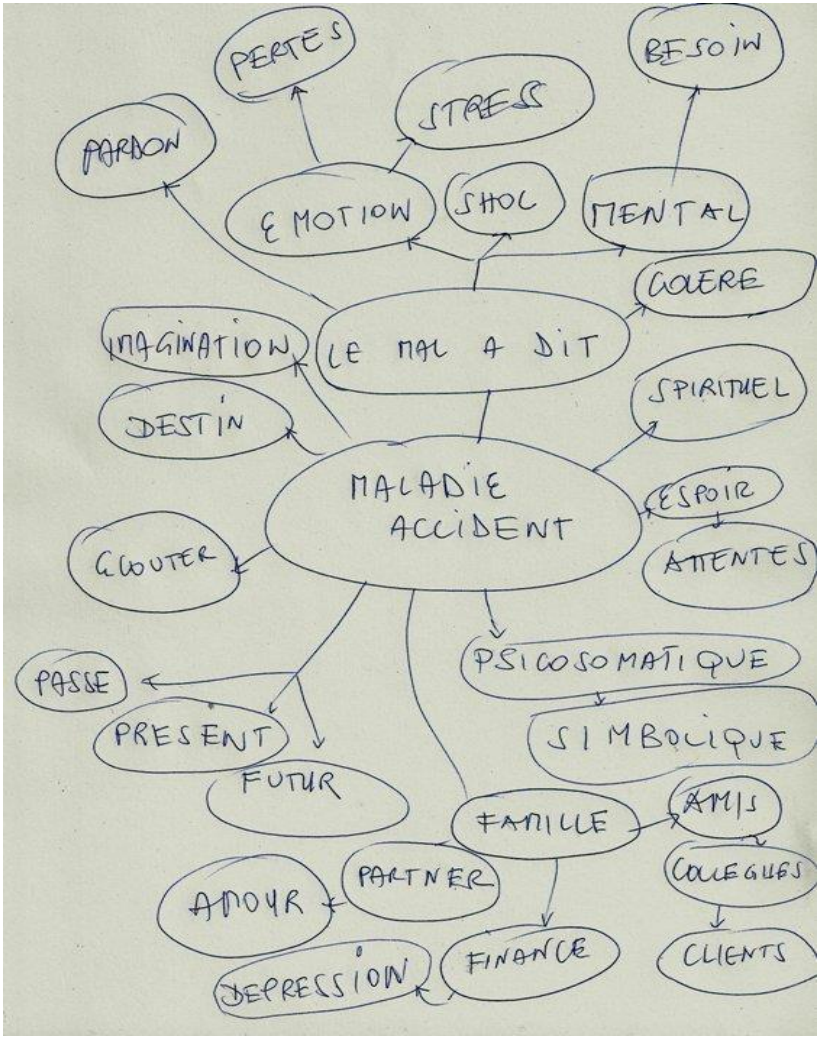
Ecrivez vos étapes S.P.I.R.I.T. pour la guérison

MES 4 ETAPES D'UNE CONSULTATION

(1) Préparation	(2) Explications	(3) Silence	(4) Conclusion
Attitude positive			
Je fais des exercices	Déjà venu ? Connaît ?	L'Énergie arrive	L'Énergie part J'enlève la main…
Je participe à des cours	Le patient se met à l'aise	Je bouge le moins possible…	Je laisse patient "revenir"(max. 5 à 6 minutes)
Seulement sur rendez-vous…	J'explique la séance qui je suis, qui fait quoi, durée	Je suis l'outil…	Attention à ce que je dis…
2 chaises / CD / eau / verres	Le témoin ?	Je me focalise sur ma respiration	Pas de diagnostique
Mouchoirs en papier	Quelques mots pour construire le lien avec le patient	Les réactions du patient ?	Demander pourquoi le patient était venu
Cartes de visite / prospectus	Des questions ?		Répondre aux questions
	J'écoute le patient		Ne pas faire l'éponge !
Relax, détente je me prépare 45 min. avant.	Je demande la permission de poser ma main sur le dos	Attention à l'effet miroir	Evaluation personnelle Bien fait quoi ? Amélioration ?

Ecrivez vos étapes d'une consultation ...

Module "Le mal a dit" : Le concept holistique*



*L'être humain n'est pas simplement un corps physique !

Beaucoup de succès sont obtenus dans le traitement des maladies physiques déclenchées au niveau mental et/ou émotionnel. Les disharmonies et les conflits intérieurs sont reconnus comme étant la cause de beaucoup d'ennuis. C'est pourquoi il est maintenant admis par la science médicale que l'organisme humain devrait être abordé et traité avec un concept beaucoup plus large de sa constitution. Tout humain, en fait, comprenant non seulement un corps, mais un esprit et des sentiments. La sérénité du patient ne concerne pas seulement ses organes et ses traumas : c'est une personne. Donner la sérénité, s'est accepter ce qui ne peut pas être changé, le courage de changer ce que l'on peut et la sagesse d'en faire la différence.

FAISEUR DE SECRETS

Qu’est-ce qu'un faiseur de secrets ?

Quelqu'un qui pratique la guérison à l’aide de prières.

Pour quoi ?

Pour le soulagement de :

- Verrues, eczéma, psoriasis
- Brûlures (Saint Laurent)
- Entorses
- Hémorragies, douleurs
- Maux de dents, maux de tête
- Examens (école)
- Secret pour les dents (de bébé) (Saint Apollinaire)

Comment devient-on faiseur de secrets ?

Une prière à réciter trois fois de suite est transmise verbalement ou par écrit, gratuitement ! Habituellement elle est transmise dans la famille, en général au premier fils, ou à des amis, ou à qui en fera bon usage, n'en profitera pas et ne le transmettra pas à n'importe qui ! On ne perd pas ses facultés si :

- Le secret est transmis !
- Si le faiseur de secrets se fait payer pour son travail ! (C'est selon les possibilités et la sensibilité de chacun).

Ne pas confondre un faiseur de secrets avec les urgences !

En dehors des heures de bureau, s.v.p. appelez seulement si c'est une véritable urgence (brûlure grave, hémorragie) ! Merci de donner des nouvelles du patient après avoir demandé le secret.

LA "HEALING CARD" ET LA TECHNIQUE DU MOUCHOIR

Qu'est-ce que la "healing card" ?

Traduit littéralement c'est : carte pour la guérison. Aussi appelée, "Healing image", image pour la guérison. C'est un dessin spécifique fait sur un papier style carte de de vœux. Inspirée par le MONDE SPIRITUEL, elle sera remise à une personne qui pense avoir un souci de santé ou autre (aussi émotionnel, etc.). On peut y dessiner toutes sortes de symboles, des phrases (en transe), des mots, des chiffres. Au moins une ou deux couleurs… Habituellement "en absence" parce qu'on n'a pas "accès" à la personne.

Comment procéder ?

Commencez par répondre à ces 3 questions :

Pour qui ?
Pas besoin d'avoir l'adresse, il suffit du prénom ou du type de relation (pour ma sœur, pour ma collègue). L'âge de la personne, un "environ" suffit… Le MONDE SPIRITUEL sait pour qui c'est ! Ça sert juste à focaliser l'attention et l'intention.

Pourquoi ?
Quel est le problème ? (Physique ? mental ?
pour une opération ? pour… ?)

Le patient ?

Comment est-il ? Son caractère ? Ses hobbys ? Invitez votre Team en procédant comme pour une "guérison en absence". Laissez-vous inspirer ! Retenez tous les mots qui vous sont dits, ressentez-les. "Feeling". En plus de canaliser la Force, mettez-y aussi de l'Amour, de la passion et commencez votre chef d'œuvre !

Des conseils pour commencer ?

Vous pouvez simplement utiliser des couleurs. Focalisez votre attention sur votre corps. Ressentez votre corps comme si vous en faisiez un scan, et recevez les infos. Attention encore une fois à ce que vous dites ! Voilà quelques critères pour vous aider dans votre choix :

- Choisir des couleurs et juste colorier. Comme ce que l'on faisait quand on était enfant. Surtout, laissez-vous inspirer par les couleurs.

Et quelques idées :

- **Couleur pour le physique.**
  Pour amener l'équilibre, aider le corps à retrouver l'équilibre sur le plan physique (1 ou 2 couleurs).

- **Couleur pour le mental.**
  Pour rétablir l'équilibre au niveau mental.
  Ne pas confondre... le jaune qui symbolise le "mental" donc j'utilise le jaune !

- **Couleur pour les émotions.**
  Le bon point pour commencer votre carte, permet de recevoir des images symboliques (mentalement) (par ex. un oiseau qui vole = abstrait, symbolique).

Pendant que vous dessinez, n'oubliez pas d'y mettre de l'Amour. Faire "avec Amour" va changer la dynamique. L'intention est aussi importante, l'intention d'aider, de soulager.

Qu'est-ce que la technique du mouchoir ?

Il s'agit d'une technique de guérison à distance, habituellement en cas d'hospitalisation, pour soi ou pour offrir à quelqu'un qui, pensez-vous, en a besoin. Je prépare un mouchoir en le "chargeant" d'Énergie de guérison et que vous poserez sur la partie douloureuse du corps, ou tout simplement sous l'oreiller. J'ai vu aussi offrir une couverture… faites votre choix !

NETTOYAGE ENERGETIQUE, HARMONISATION DE L'HABITAT

Pourquoi une harmonisation de l'habitat ?

Vous avez l'impression d'une énergie "lourde", de traces d'émotions anciennes ? Maisons hantées ? Présences ?

Négativité ? Pas bien dans ces lieux ?

Comment ça se passe ?

Vous me contactez et nous convenons d'un rendez-vous et, en une heure environ, je vous montre comment résoudre ce souci, directement à votre domicile.

Aussi je peux travailler « à distance » = depuis mon domicile.

Je vous invite à répondre aux 11 questions ci-dessous

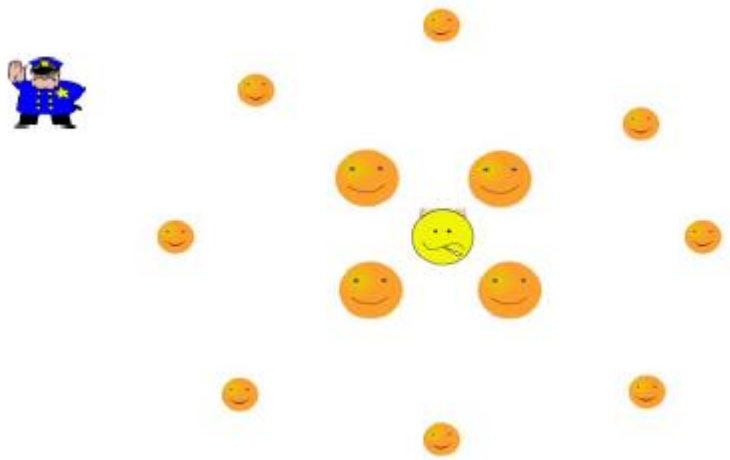
Onze questions :

1. Que se passe-t-il ? Qu'est-ce qui vous arrive ?
2. Depuis quand ?
3. Dans quel endroit ?
4. Comment ?
5. La même chose partout ?
6. A quelle fréquence ?
7. D'autres personnes le ressentent aussi ? Si oui, quoi ?
8. Les locataires précédents l'ont aussi ressenti ?
9. S'est-il passé quelque chose de particulier quand ça a commencé (divorce, chômage) ?
10. Déjà fait quelque chose ? Si oui, quoi ?
11. Quelles sont vos attentes ? Vos besoins ?

Aide-mémoire :

- Selon les besoins, j'utilise le pendule.
- Qui veut faire quelque chose avec moi ?
- Après le nettoyage, se rappeler de faire une fête, s'amuser. (Karaoké, autre joyeuse idée ?!)

GUERISON EN BATTERIE



Le patient (ou deux au maximum) est au centre.

Tout se déroule en même temps.

Le gardien du temps/leader est facultatif !

Comment placer les personnes autour du patient ?

Il devra y avoir un équilibre dans les forces et tout le monde devra se sentir à l'aise à la place qui lui sera désignée. C'est simple, demander au MONDE SPIRITUEL ! Sinon suivre cette formule :

On place en premier, aux 4 points cardinaux, autour du patient, les 4 Spirituel-guérisseurs les plus expérimentés. Ils seront en état de transe pendant la connexion. Ce sont eux qui commenceront en premier à se connecter !

Les autres personnes seront placées autour des "guérisseurs en transe". Ils leur enverront la "force". Ils sont là pour faire la "batterie", c'est pour cette raison que ce ne sont pas nécessairement des Spirituel-guérisseurs ! Il peut s'agir simplement d'adultes assis (les yeux ouverts ou fermés) et qui envoient des pensées positives au patient. Ce sont eux aussi qui seront les premiers à ressentir la force diminuer = c'est fini. Les Spirituel-guérisseurs en transe ressentiront à leur tour une diminution de la puissance, ils "retourneront" à leur tour, après. Une fois, j'avais tiré les places au sort, avec un fabuleux résultat ! (Mais attention, ce n'est pas un jeu, testez d'abord). (L'avantage ? on ne blesse pas l'ego de quelqu'un !) A la place des patients, on pose une feuille de papier sur laquelle sont écrits les prénoms des personnes qui ont besoin d'aide. Aussi une combinaison des deux ! Pas nécessaire de le dire au patient.

Pourquoi guérison "batterie"

Parce que autour des 4 guérisseurs "en transe", il y a une sorte de batterie. Moi je préfère l'appeler "guérison" tout court. J'évite des discussions inutiles et de blesser l'ego.

Quel est le rôle du gardien du temps, leader ?

Il dirige, s'assure que tout le monde soit à l'aise, et :

- Téléphone éteint !
- Mouchoirs, eau à disposition, sans musique.
- Placer les participants au bon endroit.
- Expliquer que seul le patient peut se lever s'il le désire, mais que toutes les autres personnes restent immobiles autour du patient et en silence jusqu'à la fin de la guérison.
- Demander si tout le monde va bien et est bien "retourné".
- Prendre soin du patient jusqu'au moment du départ (ne pas le laisser seul) ou demander à une autre personne de le faire.
- Pas besoin de "débriefer" (l'égo !)
- Inutile de rester assis en cercle pour "dire quelque chose" si on n'a rien à dire, et si la parole n'est pas demandée…, se lever !
- Ne pas oublier de remercier le MONDE SPIRITUEL.

Combien de personnes ?

L'idéal est 4 Spirituel-guérisseurs en transe et environ
6 à 8 Spirituel-guérisseurs ou observateurs autour.
Retenez aussi ces règles :

- Minimum 2 guérisseurs et 1 observateur.
- Pour la "batterie", le double de guérisseurs.
- Soyez attentifs à l'équilibre des forces autour du patient !
- Pas plus de 10 à 12 personnes au total.

Quelle sera votre méthode ?

A vous d'y réfléchir, d'expérimenter, de rectifier, d'améliorer…

Attention !

A ne pas faire l'éponge… Le souci appartient au patient,
le guérisseur est simplement un canal.

MES 4 ETAPES D'UNE GUERISON BATTERIE MES 4 ETAPES D'UNE GUERISON BATTERIE

(1) Préparation	(2) Explications	(3) Silence	(4) Conclusion
Seulement sur rendez-vous ! J'utilise doodle.com/fr Tu, d'accord ?	Bienvenue, remercier les participants Présentation et excusés	Seul le patient peut "sortir" WC. C'est maintenant !	L'Énergie part, je laisse le patient "revenir" (max. 5 à 6 minutes)
Chaises, CD, eau, verres, mouchoirs en papier	Expliquer le déroulement au patient et aux nouveaux	Je teste l'équilibre des Energies	Remerciements Aussi au MONDE SPIRITUEL !
Eteindre les tél., sonnette de porte d'entrée	À la fin, verre de l'amitié, mais tout le monde se sentira libre de disposer !	On commence ! L'Énergie arrive	Tout le monde va bien, "retourné" ?
Cartes de visite, prospectus		Seul le patient peut bouger !	Attention à ce que vous dites (vous êtes responsables, pas le MONDE SPIRITUEL !)
Crayon, agenda, bloc-notes, pub		Je me focalise sur ma respiration, je suis l'outil…	Pas de diagnostique Ne pas faire l'éponge
Décider place assise, leader, qui prend soin du patient ?		Le gardien du temps veille !	Quelqu'un (patient) a besoin de s'exprimer ? Des questions ?

(1) Préparation	(2) Explications	(3) Silence	(4) Conclusion
Attitude positive !			
Les guérisseurs, qui forment la "batterie" se préparent 45 minutes avant les patients	Ne perdez pas des amis à cause de l'argent !		Évaluation personnelle Ce qu'on a bien fait, que doit-on améliorer ? Apéro Attention à l'égo

Ecrivez vos étapes d'une guérison batterie

Trouvez d’autres variantes à la guérison batterie.

A utiliser selon l’endroit et surtout les besoins de vos patients!

Guérison en ligne

Les Spirituel-guérisseurs forment une ligne pour un ou deux patients.

Tout se déroule en même temps.

Guérison en cercle

Les Spirituel-guérisseurs forment un cercle pour un ou deux patients.

Tout se déroule en même temps.

Guérison en pyramide

Les Spirituel-guérisseurs forment une pyramide pour un patient.

Tout se déroule en même temps.

GUERISON PUBLIQUE

Spirituel-guérisseurs

Patients

Personne pour accueillir (facultatif)

Plusieurs guérisseurs en même temps, chacun avec un patient. Un patient après l'autre, comme à la chaîne ! Habituellement sans rendez-vous, on vient quand on veut. Souvent une personne accueille les patients, explique et répond aux questions. Les patients arrivent, laissent leur adresse e-mail et/ou leur n° de tél. s'ils le veulent.

Les patients attendent leur tour.

Comment ça se passe ?

- S’asseoir pour recevoir la guérison.
- Le guérisseur pose la main sur le dos.
- On ne peut pas parler avec le guérisseur, ni avant ni après.
- Il est concentré et ne peut pas "sortir"
  (la confidentialité ?)
- La guérison commence :
- Il n’y a pas de garantie et elle ne se substitue pas à la consultation chez un médecin !

A la fin :

- Le guérisseur enlève sa main du dos.
- Le patient reste assis un moment (10 minutes environ).
- La personne à la réception répond à vos questions.
- Vous pouvez demander une guérison en absence.

Explications aux patients

Lors d'une guérison, il n'y a pas de manipulation physique ! Le patient, vêtu, est assis sur une chaise. Cela dure entre 10 et 30 minutes par personne. Du plus grand au plus petit, chacun peut venir ! La guérison est employée à des fins thérapeutiques dans le plus large sens du terme : pour le soulagement des symptômes, pour donner le courage de supporter la douleur, pour donner la tranquillité, pour provoquer un traitement, pour inspirer la personne à faire des changements dans sa vie, pour améliorer sa santé.

Quel est le but d'une guérison publique ?

Simplement pour pratiquer et aider ! Les guérisseurs se mettent **gratuitement** à disposition. Rencontrer des amis et d'autres guérisseurs pour partager les expériences. Se faire connaître et faire connaître la guérison spirituelle.

Panier à la sortie (facultatif)

Le responsable paie les frais avec le contenu du panier: location de la salle, etc.. Attention à ne pas perdre des amis!

E-mail

Les adresses des patients sont conservées, avec leur accord, seulement pour les futurs mailings d'information.

Date

- Quelle date ? Heure ?
- Les guérisseurs, c’est 45 minutes avant !

Publicité

- Mailing 20 jours avant. Impression de Flyers.
- Bouche à oreille. Réseaux sociaux ?
- Affichage Migros, Coop ?

Guérisseurs

- Qui vient ? Invitation ?
- Comment indiquer le nom ? Badge ?

Trop de patients

Que faire ? Qui fait quoi ? Comment ?

Accueil

- Qui fait quoi ? Où ? Comment ?
- Qui répond aux questions des patients ?
- Que dire ?

Séances en absence

Qui fait quoi ? Comment ? Offert ?

Divers

- Disposition des chaises, coussins, eau, verres, CD, mouchoirs ?
- Pub, livres, kit ? Panneaux : "Par ici", "Entrée", "Merci" ?
- Plume + papier ? Reçu ? Agenda ?
- Panier pour la collecte ?

Pourquoi je ne fais plus de guérison publique

Même si j'ai vu (et eu) beaucoup de résultats positifs, à mon avis pour vraiment aider quelqu'un on a besoin de 3 choses: relation, aide, empathie. Pour aider on doit clairement être en relation avec la personne. La relation fait partie de la vie ! Pour la philosophe Edith Stein, toutes les activités humaines sont affectées par le vivre ensemble, elles sont liées. Même dans l'antiquité Aristote disait que l'être humain se définit aussi par rapport à l'autre.

Afin que cela soit possible, la relation doit contenir l'empathie qui devrait venir de l'intuition, de l'écoute avec le cœur, du regard, de la compréhension. Pour aider on a besoin de ce cadeau qu'est l'empathie. Or dans une guérison publique les patients sont reçus à la chaîne.

- Où est la relation ?! Où est la compassion ? Le ressenti ?
- Comment le guérisseur peut-il construire l'empathie?
- Où est le développement personnel ?
- Où est l'harmonie entre le guérisseur et l'Esprit ?
- Le vieux bouche à oreille ? Où est l'esprit des "pionniers" ?
- Pour s'exercer, mieux vaut s'asseoir dans la Puissance !

TRANSE

QU'EST-CE QUE LA TRANSE ?

La transe est une coopération mentale entre le MONDE SPIRITUEL et le médium. L'information arrive à travers le cerveau, une forme de télépathie. Un mot qui est souvent utilisé pour n'importe quel niveau "d'état de conscience modifiée" ou "médiumnité contrôle". C'est un état de profonde relaxation, fonctionnement à régime "réduit". Niveau où le médium est capable de permettre le mélange entre l'Esprit et son propre mental. A ce point l'Esprit peut assumer un certain degré de contrôle pour atteindre différents objectifs. Comme c'est par l'Esprit, la volonté du médium a toujours une certaine influence sur ce qui a lieu. Il est plus facile pour l'Esprit d'employer ce qui est déjà là que d'apporter quelque chose qui est complètement nouveau. J'insiste, l'Esprit ne "possède" pas le médium. La transe est un "truc" mental !On apprend à se lier au MONDE SPIRITUEL, on établit un partenariat. Le MONDE SPIRITUEL doit aussi apprendre, oui notre "Team" doit apprendre, découvrir comment travailler avec nous ! Avec la transe, le MONDE SPIRITUEL nous influence, plus il est proche (= nous sommes détendus) meilleur sera l'effet. (Plus je me rapproche d'une cheminée plus j'en ressens la chaleur.)

Avec le temps la peur passe. Le MONDE SPIRITUEL s'habitue et vient plus près. Ce n'est pas tout le monde qui peut le faire. Certains ont peur, décident que c'est trop difficile, se bloquent. On veut moins d'interférence du médium pour laisser faire le MONDE SPIRITUEL ! Les analytiques qui sont beaucoup dans leur mental, les émotionnels, les traumatisés, auront plus de difficultés à se laisser aller. Ils devront faire plus d'efforts pour se relaxer. La transe c'est aussi vider notre verre rempli de souffrance pour laisser la place à l'Energie du MONDE SPIRITUEL. Elle est possible seulement si on a cette possibilité en nous ! Selon des études récentes, la transe est un retour au cerveau reptilien, elle pousse la logique de côté pour retourner à ce cerveau.

Qu'est-ce que le cerveau reptilien ?

Notre premier cerveau. Il assure la survie de l'individu et de l'espèce. En évoluant, il a laissé la place au cerveau "logique". Certains Spirituel, une fois la transe terminée, ont eu l'impression que leur mental se trouvait "derrière" leur tête.

N’oubliez jamais…

La transe = connexion des deux mondes, utilise le mental. La transe c’est la médiumnité "mentale". Elle est seulement au niveau de la pensée ! La température du corps, la pression artérielle ainsi que la fréquence des battements du cœur peuvent aussi diminuer. Déconseillé aux débutants et aux tout jeunes. Personne ne possède personne ! Soyez votre propre scientiste ! Ne faites pas les moutons, forgez-vous votre propre opinion ! Le médium ne perd jamais le contrôle ! Le MONDE SPIRITUEL ne juge jamais ! Dans un film impossible de "ressentir" l’Amour et la Force. La transe est la branche de la médiumnité la plus facile à imiter ! Changer la voix ou en avoir une d’un enfant ne veut pas dire que le médium est en transe ! L’état de conscience extrêmement bas, prouvé à l’aide d’un EEG (électroencéphalogramme) d’une fréquence d'ondes cérébrales extrêmement lente (par exemple de 4 à 7 Hz), ne prouve pas la présence du MONDE SPIRITUEL ! N’oubliez pas d'ajouter le MONDE SPIRITUEL dans vos buts, l'important c'est la raison. Mais aussi, savez-vous différencier si le MONDE SPIRITUEL est là ou non ? Créer un espace approprié. S’asseoir pour soi-même dans le silence avec ou sans Le MONDE SPIRITUEL ! "Bild the power". Se laisser aller à la connexion. Apprendre à reconnaître Sa présence, construire la relation avec le MONDE SPIRITUEL et le laisser faire. Dans le MONDE SPIRITUEL, ce sont des enseignants pas des "maîtres". Pas de transe sans pardon ! Pas de transe sans "évolution", sans "avancer".

On doit aussi apprendre à s'aimer, se respecter, l'estime de soi. Servir avec amour et compassion ! La connaissance enlève la peur ! Apprendre la technique, pratiquer et se faire accompagner. Si possible enlever les bagues, les lunettes, la montre. Le mental "embête", il nous fait retourner. Le cerveau veut tout contrôler et bloque la communication en fermant les yeux le cerveau fabrique des images (les laisser passer). La transe est comme un voyage vers la détente, prenez du plaisir durant ce voyage, ne pensez pas à la destination ! Le MONDE SPIRITUEL a besoin de temps pour s'ajuster et se connecter avec nous (sans oublier le but du médium : devenir plus spirituel... et il faut du temps !). C'est une discipline, pas une religion !

A quoi ça sert ?

La transe est utile principalement pour la guérison. Pour transmettre les enseignements du MONDE SPIRITUEL. La transe c'est apprendre l'environnement de la vie sur Terre, sa complexité, en un mot la philosophie. Prouver que la vie continue après la mort et la réalité de l'Infini. Servir le MONDE SPIRITUEL, se mettre à Sa disposition pour Lui permettre de faire un exercice.

Découvrir quelque chose de soi-même.

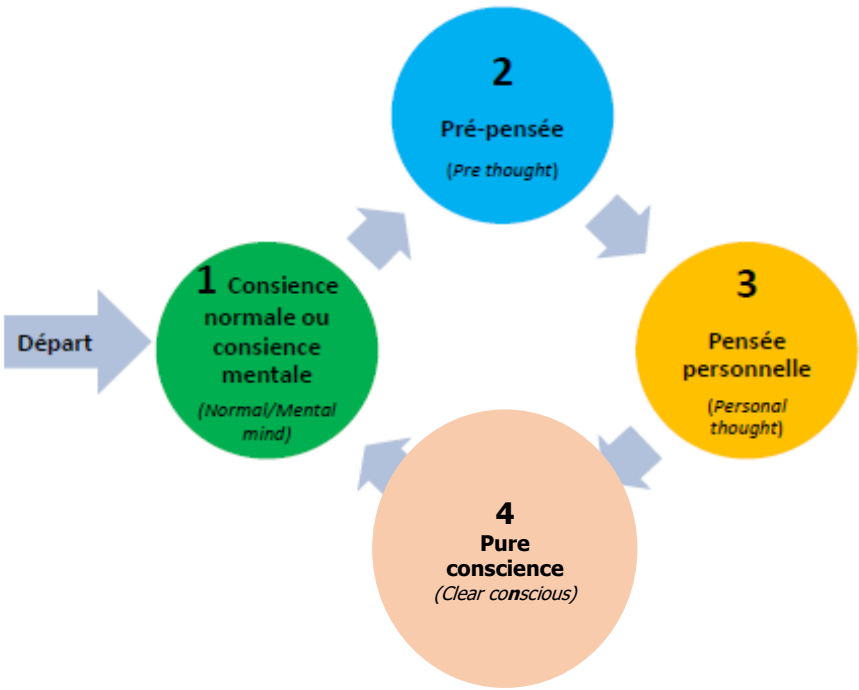
- Conscience psychique = Ecole enfantine
- Médium = Ecole primaire
- Transe = Education supérieure

Ses effets ?

Le médium a toujours le contrôle ! Parfois il bouge, se lève, fait quelques pas mais il ne "va" nulle part. J'insiste, le MONDE SPIRITUEL ne possède jamais personne. Selon les situations, on ressent des frissons, du chaud, du froid, des picotements, des fourmillements. La transe a des effets positifs dans les relations avec les autres, comprendre, pardonner. Elle augmente la connaissance de soi. Une expérience pour notre propre esprit.

Pour simplifier

Disons que le cerveau est divisé en 4 zones mais il y a encore des niveaux entre les niveaux, sans stop/départ, ainsi qu'une fluctuation entre ces niveaux. Un schéma ci-après pour comprendre.



1. Conscience normale (Normal mind)

L'activité de tous les jours. Ce que fait la pensée habituellement, je vois, je fais. Le cerveau veut toujours tout contrôler ! Pour qu'il nous "laisse en paix", on doit "l'occuper".

2. Pré-pensée (Pre-thought)

Ce que j'apprends maintenant. C'est comme la mémoire RAM de l'ordinateur, toutes les choses que j'apprends. Le cerveau filtre, il retient ce qui est utile et élimine pendant le sommeil tout ce qui n'est pas nécessaire. Le MONDE SPIRITUEL influence légèrement.

3. Pensée personnelle (Personal thought)

Les souvenirs, toute notre expérience. Ici est "stockée" toute la connaissance. Pour faire sortir les problèmes, l'hypnose accède ici pour ramener les souvenirs "à la surface".

4. Pure conscience (Clear conscious)

Ici la transe guérison = la plus profonde. Le MONDE SPIRITUEL accède ici, sans interférence du médium ! Pour laisser travailler le MONDE SPIRITUEL dans cette zone, les niveaux 1, 2 et 3 doivent être occupés. On doit occuper le cerveau. On lui donne quelque chose à faire. Notre mental veut toujours tout contrôler ! On encourage le MONDE SPIRITUEL à prendre le contrôle. Pas d'interférence de la part du médium qui "laisse faire", "il regarde" ("is a watcher").

Quel est le rôle du cerveau ?

Il donne les instructions au corps. On est mort quand il s'arrête. Il est le centre vital.

La transe c'est…

- Croire en soi-même, le MONDE SPIRITUEL nous aime !
- Il n'y a pas de juste ni de faux,
- Seulement des expériences et du plaisir.
- Ne pas vouloir…mais juste s'asseoir pour la transe.
- Ne pas créer un blocage mental, pas d'attente, juste : "Je suis là pour Vous, que voulez-Vous ?".
- Regarder comme un scientiste, être "normal" !
- Focaliser sur la respiration pour distraire le cerveau.
- Utiliser la musique pour se laisser aller.
- Le cerveau nous fait retourner ? … Retourner à la respiration ! Rester dans la Puissance, "in the power", la laisser se développer.
- L'important est ce que je reçois, ce qu'Ils m'enseignent, quel changement ? La bonne lettre, pas important qui est le facteur !

La transe ce n’est pas...

- Se perdre…, au contraire c’est extrêmement sûr !
- Être possédé…, rien n'entre dans mon corps !
- Des rituels… inutiles. Comme dans les films d'Hollywood, surnaturelle. Au contraire, l’homme la pratique depuis la nuit des temps !
- Instantanée, courir…, au contraire on doit aller doucement.
- Pas besoin de changer la voix ni la façon de respirer, du bla…, se rappeler la Connaissance supérieure.
- Savoir avec qui vous allez vous marier, quand vous ferez 6 au Loto et encore moins connaître les numéros gagnants.
- Effrayante, au contraire, elle permet de mettre des mots pour enlever la peur.
- C'est vous qui faites vos propres choix, ils vous appartiennent.

Qu'éviter en pratiquant la transe ?

- Penser aux mots, aux phrases, analyser ce qui devrait arriver.
- Essayer de comprendre ce qui est dit, analyser les sensations.
- Permettre au cerveau de contrôler.

QUELS SONT LES 4 TYPES DE TRANSE?

La transe parlée.

La transe écrite.

La transe peinture ou dessin.

La transe curative ou guérison.

Transe (ou médiumnité) "parlée"

C'est un peu comme regarder un film et lire à haute voix les sous-titres... L'état de transe parlée permet au médium d'accéder à la divine inspiration. Depuis plus de 150 ans, nous avons reçu une immense quantité de philosophies, de conseils et d'encouragements de Ceux qui nous aiment et veulent nous aider à vivre la vie d'une façon plus spirituelle. Le MONDE SPIRITUEL agit sur notre aura spirituelle, plus "loin" que l'aura physique, le médium pour parler doit aussi avoir son "contrôle" !

Transe (ou médiumnité) "écrite"

N'étant pas contrôlée par le médium, elle est aussi appelée "écriture automatique". L'Esprit (l'auteur) contrôle la main du médium pour écrire quelque chose, parfois avec sa propre écriture ou en "écriture miroir" (à l'envers). Il est aussi possible pour les Spirituel plus avancés d'avoir les deux mains qui écrivent simultanément, même en mode miroir, avec deux Esprits différents, chacun contrôlant une main…

Les 3 formes de transe (ou médiumnité) "écrite"

1. **L'écriture inspirée**
   - Vient de l'esprit du médium
   Utilisée pour écrire des phrases d'Amour Inconditionnel
   Une magnifique voix intérieure !
   Vous êtes dans un état de conscience modifiée, inspiré par votre propre esprit, et écrivez comme d'habitude.

2. La transe écriture

- Combinaison du MONDE SPIRITUEL et de l'esprit du médium

Utilisée pour donner des messages du MONDE SPIRITUEL.

L'info passe à travers le mental, l'écriture est consciente.

3. L'écriture automatique

- Transe profonde

Utilisée pour transmettre un enseignement spirituel.

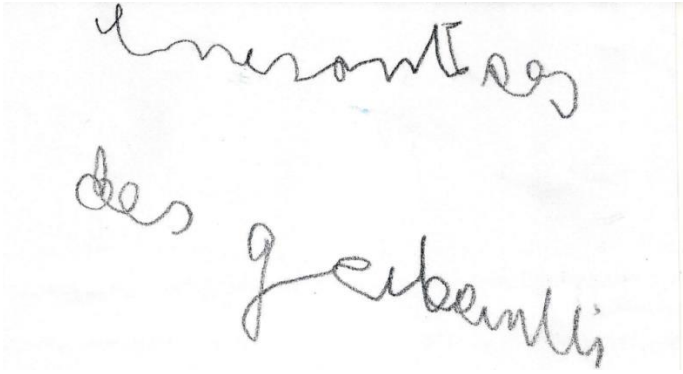
A mi-chemin entre la transe guérison et la médiumnité physique.

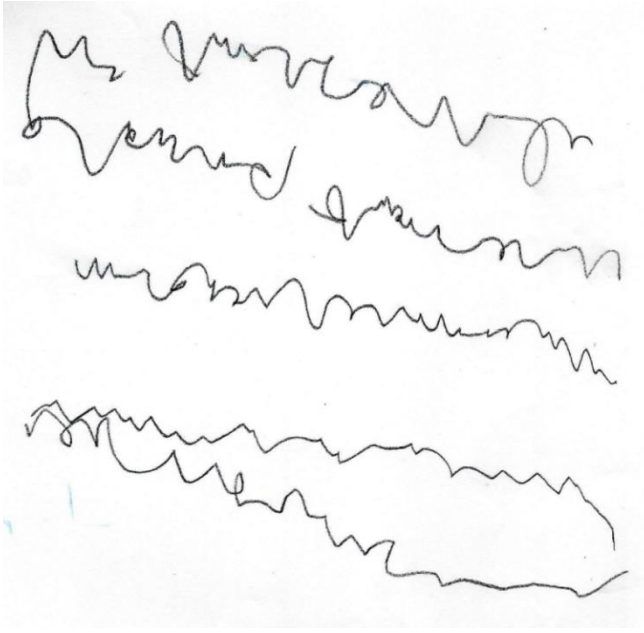
La plus ancienne !

La main du médium devient l'outil du MONDE SPIRITUEL pour écrire sans jugement et impartialité ! Sans effort ni intervention du médium ! C'est le MONDE SPIRITUEL qui écrit, qui contrôle votre main, sans influence du cerveau ni du médium !

Ce n'est pas tout le monde qui peut le faire. Pour commencer, vous obtiendrez un gribouillis dans lequel des lettres, mises bout à bout, forment des mots, des phrases (philosophie).

Exemples de "gribouillis" :





Quelques conseils ?

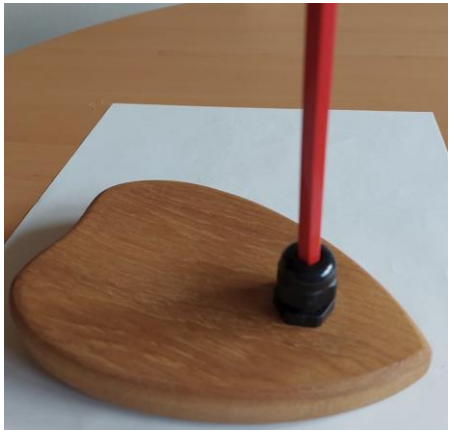
- Si vous êtes droitier, utilisez la main gauche, l'inverse si vous être gaucher.
- Tenir le crayon entre l'index et le majeur. La main doit pouvoir bouger sans limite. Utilisez un crayon à mine tendre (3B) pour la main "faible" et un à mine dure (H1) pour l'autre, ça va aussi avec deux crayons identiques ou des plumes légères dont la pointe glisse.
- Pour faire monter l'Energie dans la pièce, utiliser une musique de tambours ou des chansons rythmées (par ex. celles de Rod Stewart) avant de commencer (pas nécessaire d'être présent à ce moment-là).
- Utilisez une feuille blanche si possible de format A3, A2, ou mieux encore une feuille de flip-charte sans carrés. La main doit pouvoir bouger sans sentir de limites.
- Ne pas regarder ce que vous écrivez… le faire seulement à la fin. Regardez la TV, sans le son, pour focaliser votre attention. Essayez, souvent, ça aide !

Peut-on utiliser un clavier d'ordinateur ?

Le MONDE SPIRITUEL n'a pas de limites ! Je vous invite à expérimenter. Essayez avec un clavier "silencieux", relaxez votre main et ne soyez pas crispé. Regardez seulement à la fin ce qu'il y a sur l'écran.

Qu'est-ce qu'une planchette ?

Une image valant 100 mots…



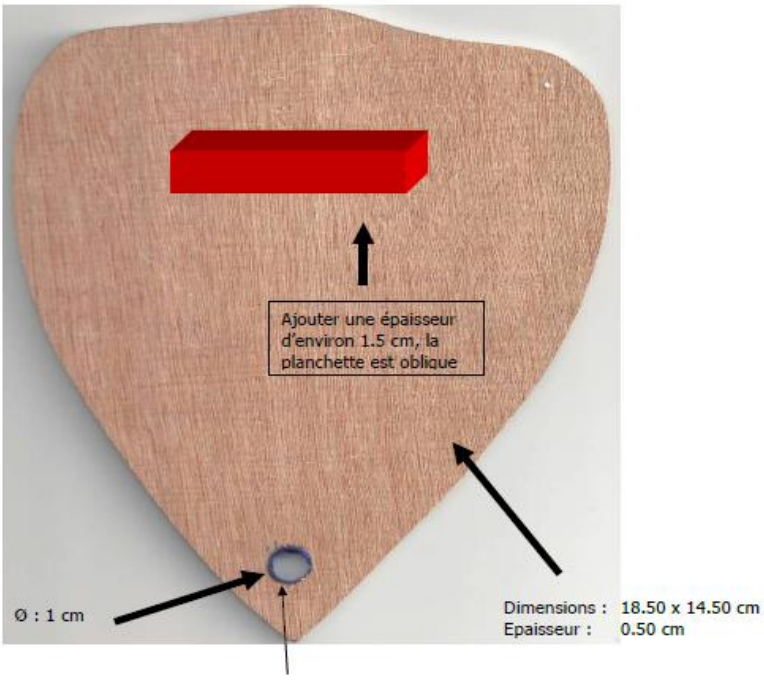
cm 14,50 x 9,50

Pourquoi ces planchettes ont-elles été conçues?

Si on utilise seulement le crayon le cerveau nous rappelle : "C'est pour écrire" et il interfère. Pour éviter ça, on utilise une "planchette". Le porte-plume s'ajuste facilement pour serrer un crayon ou un stylo. Les boules sous la paume de la main feront glisser la planchette avec très peu d'effort et interpréteront le moindre mouvement. Ces planchettes sont en bois. Attention à ne pas trop "serrer" ou à "s'appuyer" sur la planchette.

Comment fabriquer votre planchette maison ?

Une image valant (toujours…) 100 mots…



La pointe du crayon… ici, puis la main légèrement soulevée, laissez glisser le crayon comme d'habitude.

Essayez, pour certains, ça aide ! Choisissez la taille de votre planchette, celle qui vous convient. Avec ou sans planchette ? Faites votre choix !

Où acheter une planchette ?

www.banyanretreat.com/product/planchette

Transe (ou médiumnité) peinture

C’est comme peindre sans contrôler sa main. Le résultat final peut être spectaculaire. Tableaux peints dans le style des grands maîtres. Ils peuvent être produits à une très grande vitesse. Parfois les peintures ont la taille d’un timbre. Admirés à l’aide d’une loupe, on réalise que les détails ne peuvent pas être l'œuvre d'un humain.

Transe (ou médiumnité) dessin

Comme pour la transe peinture, le médium dessine le visage d’un défunt Je vous présente ma tante Lolo. Désolé, je n'ai pas de photo d'elle quand elle était plus jeune car la ressemblance aurait été plus marquée, mais on la reconnaît bien quand même ! Le dessin a été réalisé par le médium sur un rétroprojecteur pendant qu’un autre médium donnait les évidences.

Je vous presente ma tante Lolo…

Je n'ai que de supers souvenirs de tante Lolo ! Mais quand on allait chez elle, c'était discipline, discipline, et on remarque bien l'expression de la personnalité sur le dessin !

Transe (ou médiumnité) curative ou guérison spirituelle ou les mains qui aident à guérir, ou guérison (aide) tout court !

Juste un rappel : le médium est seulement "canal". Il permet aux Esprits (souvent des médecins passés dans l'au-delà) d'utiliser des Énergies spécifiques à différents degrés. Ce ne serait pas possible de le faire dans un état de conscience normale. La relation entre le médium et l'Esprit aura un effet direct sur la qualité et l'efficacité des Énergies de guérison. Ce ne sont pas tous les guérisseurs qui arrivent au niveau 9 de la transe ! Et puis il ne faut pas oublier que c'est selon le besoin du patient. Le MONDE SPIRITUEL "met" le médium dans l'état de conscience qui Lui est nécessaire pour le patient, et surtout là où le médium est capable d'arriver ! Soyez contents de votre niveau, ayez du plaisir ! Le MONDE SPIRITUEL ne veut pas abîmer son "outil" de travail ! Le MONDE SPIRITUEL fait de son mieux avec ce qu'il a "sous la main" (= son médium !). Et surtout ce qui Lui est "permis" de faire… pour le patient. Car par exemple, pour une personne qui est bien (inconsciemment) avec son souci, Il ne pourra pas l'aider, en revanche Il pourra soulager ses peines, l'aider dans l'acceptation, la motiver…

Quels sont les principaux niveaux de la transe?

1. Normal	On vit sa vie…
2. Silence	Se calmer, se détendre, commencer à ralentir.
3. Inspiration	Laisser un peu le contrôle. On voit des couleurs, des symboles, des images, des mots. Son propre esprit. On commence à parler.
4. Méditation	On prend conscience de l'Autre Monde, on commence à contrôler le cerveau.
5. Médiumnité	Transe légère, peut-être conscient du MONDE SPIRITUEL, conscient de la pièce et du patient, envoi de pensées.
6. Transe	On est observateur.
7. Transe inspirée	Ombragé, éclipsé, passé composé ! Le médium n'interfère pas !
8. Transe contrôlée	Le MONDE SPIRITUEL contrôle mieux le médium.
9. Transe guérison	La plus profonde, le médium ne fait… rien !
10. Médiumnité physique	Voir l'explication.

Niveaux 1 à 7 = conscience modifiée

Niveaux 8 à 10 = transe profonde

Ce n'est pas rigide, il y a une fluctuation entre les niveaux ! On "descend" en passant par chaque niveau ! Il n'y a pas de sauts.

Comment vérifier la transe ? Les "3 F" !

Fluide

L'élocution est fluide, il n'y a pas d'hésitation (ha, ho, humm). On a la sensation que c'est vrai… Il n'y a pas de pauses, de stops et de départs, ça doit fluctuer, on ressent que c'est harmonieux, continu, sans hésitations.

Faits

L'enseignement vient d'une Entité supérieure par conséquent ça doit aller au-delà d'une connaissance humaine.

Feeling

Tous les présents ressentent clairement la présence du MONDE SPIRITUEL. On est conscient d'une Force, de cet Amour Inconditionnel. Un changement évident d'énergie, non seulement autour du médium mais dans toute la pièce, et en plus tous les présents en ont conscience.

Mais sur une chose **on ne peut pas tricher :**

Feeling, la "**F**orce" car il est impossible d'imiter l'Amour Inconditionnel !

Une expérience de transe intéressante

En plus de la "Force" dans le local où est pratiquée la transe, il peut y avoir aussi un changement de température. Une fois j'ai assisté à une démonstration de transe. La Force était presque imperceptible, par contre on pouvait ressentir une augmentation de la température ambiante. Mais le plus étonnant fut que, une fois la médium "sortie" de son état modifié de conscience, toutes les personnes présentes ont perçu une nette diminution de la température dans la pièce. Plusieurs parmi nous étions "gelés" ! La médium nous avait alors expliqué que pour "faire une expérience", elle avait demandé au MONDE SPIRITUEL de modifier la température dans la pièce ! C'est ce que j'invite toujours à faire, soyons des pionniers et non pas des moutons !

Plan d'un atelier transe (exemple)

	Durée approx.	Buts	Quoi ? Comment ? Détails
Début	10 min.	Lien avec la fois précédente	Accueil et bienvenue Présentation des objectifs de la soirée
	10 min.	Débriefing	Qu'avez-vous fait ? Résultats ? Comment était votre journée ? votre semaine ?
	5 min.	Préparation	
Pour 1 personne	45 min.	Exercice individuel	30 minutes en "individuel" 15 pour commentaires & débriefing
Pour une 2ème personne	45 min.	Exercice individuel	30 minutes en "individuel" 15 pour commentaires & débriefing
	15 min.	Évaluation	Objectif pour la prochaine fois ? Questions ?
Fin			

Comment parler à un médium en transe ?

Ne pas l'appeler par son prénom. Seulement s'adresser à lui avec une voix très douce, à un rythme lent, sinon on le fait "remonter".

Quels sont les moyens pour parvenir à la transe?

- Par soi-même (avec ou sans auto-hypnose).
- A l'aide d'une autre personne (avec ou sans hypnose).
- Au moyen d'une substance (ayahuasca par ex.)

Laissez faire le MONDE SPIRITUEL. Moyen le plus lent mais le plus efficace et sans risque !

- Une façon:
- active (faire monter l'Énergie et descendre).
- Une façon passive (descente directe), celle que j'utilise.

Comment développer la transe ?

Dévouement, exercices, discipline, passion, travail, patience, temps. S'aimer soi-même = confiance en soi.

A court terme (= quelques mois)

- La méditation.

A long terme (= des années…)

- La connaissance de la philosophie, des techniques, de la théorie.
- Évoluer (développement personnel). Éliminer les "poisons" intérieurs tels que la colère, les blessures, la haine, la rancœur…
- Pardonner ! Vivre sa vie à travers l'Amour.
- S'assoir dans la Puissance, "Bild the power".

Par "Bild the power", qu'est-ce que je veux dire?

C'est l'essence du médium ! Offrir au MONDE SPIRITUEL un peu de son temps pour que le MONDE SPIRITUEL puisse ajuster la connexion. Apprendre à reconnaître la Présence, construire la relation avec le MONDE SPIRITUEL et le laisser faire. Construire l'Énergie, se laisser aller à la connexion. Dans une attitude positive. Notre mental est en phase "réceptive". On reste totalement passif. Comment ?

- Créer un espace approprié.
- Toujours dans la même pièce, un endroit calme, peu utilisé (par ex. chambre d'amis), à l'intérieur.

  La même chaise, au même endroit, dans la même direction Sud, Nord ?.
- Dans la pénombre, juste avec une chandelle (facultatif).

Je déconseille la musique et l'encens sauf pour préparer la pièce en y diffusant une musique rythmée (par ex. Rod Stewart, tambours chamaniques, etc.) avant la séance. Mais c'est facultatif.

- Aérer la pièce avant de commencer !

  La température, surtout pas trop chaude, en-dessous de la moyenne. Poser éventuellement une couverture sur les épaules.

- S'asseoir dans le silence, avec ou sans le
  MONDE SPIRITUEL !
- Toucher l'Étincelle divine, notre âme !
- Croire en soi-même, le MONDE SPIRITUEL nous aime !
  Il n'y a pas de juste ni de faux, seulement du plaisir !
- Accepter d'avoir bien fait, ne pas avoir d'attentes !
  Mettre l'Ego de Coté ! Pas de transe sans changement ! (Pardon, évolution !)
- Le médium n'est pas important !
- Le MONDE SPIRITUEL n'a pas de limites !
- Laisser faire le MONDE SPIRITUEL, l'encourager à faire le travail. Sentir l'unité
  avec le MONDE SPIRITUEL, laisser aller,
  Eux font le travail.
- Plus on est près de la source (= détendu) plus c'est pur,
  d'où de meilleurs résultats.
- C'est comme boire un verre de whisky sans eau ni glaçons !
- Comprendre le ressenti. Se "remplir" avec la Puissance. Vous verrez la différence !
- Laisser le mental en phase "réceptive".
  Rester totalement passif.
- Être persévérant, compter des années de pratique !
- Au début vous ne verrez pas de changement, vous aurez l'impression que ça ne sert à rien… Continuez, persévérez,
  vous finirez par voir la différence…
- Vous pouvez vous asseoir "seul" :
- Méditer une fois par jour, idéalement à la même heure,
  à la même place régulièrement,

- Se mettre à disposition du MONDE SPIRITUEL avec une intention telle que : "Faites ce que vous voulez, je suis à votre service". Une sorte de "s'asseoir dans la puissance".
- Trouvez des personnes qui s'assoient avec vous :
- Plus il y a de participants mieux c'est, mais aussi plus difficile à maintenir dans la continuité.
- Toujours les mêmes personnes !
- Commencer par 10 – 30 minutes pour arriver à env. 2 heures !
- Une fois par semaine, à la même heure, chaque semaine, religieusement, régulièrement, même les jours de fête!
- Choisissez une personne qui commence à faire le médium, les autres sont assis autour de lui et le regardent, ils le fixent dans les yeux (sauf le temps par exemple de boire un verre d'eau.) Continuez minimum 3 mois d'affilé avec la même personne, ensuite 3 mois avec une autre, et ainsi de suite. Idéalement il faut augmenter la puissance avec une personne à la fois et on a besoin de temps !
- On ne bouge presque pas, tous immobiles, dans le silence !
- On manque, seulement pour maladie ou une raison importante…
- Prévoir un briefing avant (vider son sac…), et un débriefing après (comment ça a été ?).

  Pendant environ 9 mois d'affilé, les autres 3 mois seront pour les vacances, puis on reprend.

  Ne pas oublier l'intention ("MONDE SPIRITUEL, faites ce que vous voulez, nous sommes à votre service").

D'autres variantes, moins contraignantes que celles mentionnées ci-dessus, sont expliquées dans mes cours.

La transe, récapitulation

- Elle est déconseillée aux débutants et aux tout jeunes !
- La transe est "fluctuation", il peut arriver que le médium ne soit pas suffisamment bien connecté avec l'Intelligence, il n'est qu'un humain après tout… Voilà pourquoi les récipients doivent là aussi faire appel à leur bon sens ! Soyez votre propre scientiste ! Ne faites pas les moutons, forgez-vous votre propre opinion !
- Le MONDE SPIRITUEL ne juge jamais ! Ne pas avoir "d'espoirs", pas "d'attentes".
- Dans un film, impossible de "ressentir" l'Amour et la Force. La transe est la branche de la médiumnité la plus facile à imiter ! Changer la voix ou en avoir une d'enfant ne veut pas dire que le médium est en transe !
- L'état de conscience extrêmement bas, prouvé à l'aide d'un EEG (électroencéphalogramme) d'une fréquence d'ondes cérébrales extrêmement lente (par exemple de 4 à 7 Hz), ne prouve pas la présence du MONDE SPIRITUEL !
- Attention avec l'hypnose ! Dans un cours, pour nous aider à "descendre" plus profond, l'enseignante nous avait hypnotisés. Bien sûr on a vu et entendu les résultats… Mais moi, de retour à la maison, j'ai dû arrêter le travail durant 5 mois…. À vouloir aller trop vite, on risque de rester en route…

- Déplacer une table à l'aide des mains ou des doigts posés à plat sur le dessus de la table, ou encore 4 personnes qui, à l'aide chacune d'un seul doigt, soulèvent une chaise avec une autre personne assise dessus, ça se fait avec la force de la pensée et n'a rien à voir avec la transe ou la médiumnité physique ! La preuve ? À l'âge de 15-17 ans avec mes amis Giorgio, Adamo et Micki, on s'amusait les soirées d'hiver à faire ce genre de choses. Il y a une intervention humaine !
- On a besoin d'ajouter le MONDE SPIRITUEL dans l'intention, l'important c'est la raison. Savez-vous si le MONDE SPIRITUEL est là ou non ?
- Enlever les bagues, les lunettes, la montre.
- Pardonner, pas de transe sans pardon
- Il n'est pas suffisant d'apprendre la technique !
- Évoluer, avancer.
- Apprendre à s'aimer, se respecter, l'estime de soi.

La transe c’est...

- La connexion des deux mondes, elle utilise le mental.
- La médiumnité "mentale", seulement au niveau de la pensée !
- La connaissance enlève la peur !

Physiquement...

- Le mental "embête", nous fait sortir de la transe, veut tout contrôler, bloque la communication, fabrique des images.
- Les battements du cœur et les pulsations diminuent.
- Personne ne possède personne ! On ne perd jamais le contrôle !

Qui était Franz-Anton Mesmer ?

Né le 23 mai 1734 à Iznang, village près du Lac de Constance, décédé le 5 mars 1815. Franz-Anton Mesmer était un astronome autrichien, également médecin, fondateur de la théorie du magnétisme aussi connue sous le nom de mesmérisme. Pendant ses études en astronomie, il pense à la façon dont les planètes bougent. Si le magnétisme de la lune contrôle les marées, il doit bien y en avoir aussi un qui a un effet sur l'homme ! En 1767, Mesmer épouse la riche veuve Maria Anna Von Posch. De nombreux musiciens viennois fréquentent leur maison, notamment Mozart et Haydn. Arrivé à Paris en 1778, il publie son mémoire sur la découverte du magnétisme. Cette énergie (mesmérisme) peut être utilisée pour donner la guérison. La fille du président Autrichien, qui était aveugle, était une pianiste fantastique. On lance un défi : Qui peut redonner la vue à cette femme ? Mesmer réussit. La fille voit, mais ne joue plus du piano comme avant... Malgré cette réussite, on met Mesmer devant un choix, ou il continue à exercer en tant que médecin sans utiliser le mesmérisme, ou il pratique le mesmérisme et ne pourra plus être médecin. Il choisit de continuer à exercer les deux, le mesmérisme et la médecine.

Il est expulsé d'Autriche. Selon sa théorie, chaque être vivant possède un champ magnétique (aura), quand on le mélange il a un effet hypnotique. Ça a fait beaucoup de bruit ! C'était nouveau et Mesmer avait besoin d'argent. Il se faisait payer très cher. Il a aussi inventé le bracelet "Mesmer". Pour gagner sa vie et survivre (il n'avait plus de maison ni de travail), il commence à soigner des femmes très riches et oisives. Il préparait un bain dans lequel il mettait des "ronds" de cuivre et il demandait à ses patientes de s'y assoir. Il était seul à savoir le faire. Toutes les femmes (très riches) se faisaient "mesmériser". Quand elles se retrouvaient pour boire le thé, elles étaient un peu "dans les vapes" et disaient : "Je viens de me faire "mesmériser". C'était très à la mode et surtout très cher. Certaines personnes se sentent "irritées", ça dépend de l'aura. La maladie, parfois, résulte d'une mauvaise répartition de ce fluide dans le corps humain et la guérison consiste à restaurer cet équilibre perdu, selon Mesmer. En 1785, Mesmer quitte la France, reprochant à ses élèves de ne pas avoir gardé son "secret". Sa renommée dans le monde anglo-saxon sera telle que le verbe "hypnotiser" se dit souvent en anglais : "to mesmerise".

Comment pratique-t-on le mesmérisme ?

Attention ! Ne le pratiquez pas si vous n'avez pas suivi de cours ! Il y a plusieurs façons de le faire. Ce qui suit est un simple aide-mémoire.

- Avec les enfants, demander la permission aux parents !
- Enlever les lunettes du patient et demandez-lui s'il est d'accord d'expérimenter.
- Surtout demandez au patient de vous dire tout de suite STOP s'il ne se sent pas bien et bien sûr, vous vous arrêtez immédiatement si vous entendez STOP !
- Le "mesmériseur" est debout, face au patient assis à sa droite ou à sa gauche.
- Le bras et la main du "mesmériseur" sont bien tendus, et ses doigts serrés.
- A une distance d'environ 6 cm (distance qu'il maintiendra tout le long de la séance).
- Il commence à dessiner lentement "des cercles" à partir des côtes en "tournant" vers le Troisième Œil (milieu du front) du patient, il descend en direction du ventre, puis il "sort" du corps du patient, remonte la main (à sa gauche ou à sa droite) au niveau des côtes, et retourne au niveau du Troisième Œil du patient. Il répète plusieurs fois ce mouvement en forme de cercles. Lorsqu'il a terminé, il remet l'énergie en place en faisant plusieurs fois des mouvements avec ses deux bras tendus en alternance devant le patient, toujours de bas (hauteur de l'estomac) en haut (hauteur du menton).

- Le "mesmériseur" ressent quand c’est suffisant et cesse le mouvement. Avec cette technique, le patient peut être induit en état de transe !

- Il faut "mesmériser" pendant aux moins 2 heures ! Bonne chance !

  S'il va trop vite ? Le patient ne se sentira pas bien.

  S'il va trop lentement ? Il n'y aura aucun effet.

Combien de temps mesmériser ?

- Je n’ai pas de mode emploi qui va pour tout le monde : chaque patient est diffèrent et ces besoins le sont aussi. C’est au "feeling".
- Commencer par 5 ou 6 passes, puis observer.
- Ensuite augmenter ou diminuer les passes, et observer.

LES PIONNIERS DU SPIRITUALISME

Sautez ce chapitre

si vous pensez qu'il ne vous intéressera pas.

Pourquoi parler des pionniers ?

Ce chapitre va vous expliquer qui a fait quoi dans le passé. Pour ma part, étudier ce qu'ont fait les pionniers m'a permis de m'aider à comprendre le mécanisme du spiritualisme. Aujourd'hui, dans ce domaine, la tendance est à se contenter de copier ! On a perdu cet esprit de chercheur, d'expérimentateur, "d'essayeur" ! Pourtant chacun doit faire ses propres expériences ! Ce que ces pionniers ont réalisé est simplement extraordinaire ! Ils ont commencé avec pratiquement rien ! A l'époque, il n'y avait pas de cours, de collège, de formation, tout était nouveau. Bien sûr, des "moutons noirs", il y en a eu... mais il m'est quand même toujours difficile de m'imaginer qu'à ce niveau on se permette de frauder, de manipuler, surtout à mauvais escient !

Quand on est un précurseur, on ne sait pas où on va, on doit essayer, et s'il y a eu parfois des tricheries, c'était, à mon avis, dans le but de pouvoir poursuivre la recherche, de tester, d'essayer. Je vous laisse imaginer le courage, la volonté, la passion, la vision de ces femmes et de ces hommes qui ont dû affronter le scepticisme et les railleries de leurs contemporains ! J'ai cité les pionniers les plus connus, ceux qui, à mon avis, sont les plus emblématiques.

LES PIONNIERS

Harold Sharp

Le père des auragraphes

Il fut un médium largement respecté. D'une âme douce, Harold, tant aimé des animaux, avait une grande admiration pour eux ainsi qu'il ressort de son livre Animals in the Spirit World. Il a été influencé par son Guide spirituel chinois. C'est lui qui a inventé les auragraphes qu'il décrit comme "un diagramme artistique de l'aura humaine".

John Elliotson

Né le 29 octobre 1791 et décédé le 29 juillet 1868. John Elliotson était un médecin anglais connu pour la pratique du mesmérisme et qui obtenait des résultats excellents. Certains étaient hypnotisés. Il commence à travailler avec des épileptiques. Au temps de la reine Victoria on les enfermait dans des asiles ou on disait qu'ils étaient possédés par le diable ! Le mesmérisme (différent de l'hypnose) aide aussi dans les cas d'épilepsie. L'hypnotisme met les pensées dans la partie mentale, le mesmérisme met les pensées dans le subconscient, il manipule le flux de l'aura mentale.

Le Baron du Potet

Né le 12 avril 1796 à Sennevoy-le-Haut, décédé le 1er juillet 1881 à Paris. Denis Jules Dupotet, ou Dupotet de Sennevoy, plus connu sous le nom de Baron du Potet, est un ésotériste et magnétiseur français. Grand représentant de l'étude du magnétisme animal, Du Potet commença ses expériences en 1821 et en publia les résultats dans Le Propagateur du Magnétisme animal, journal fondé en 1827 ainsi que dans le Journal du Magnétisme, fondé par lui en 1845. Le Baron s'avéra très vite un magnétiseur extrêmement efficace, et lorsque M. Husson, qui travaillait à l'hôpital de l'Hôtel-Dieu à Paris, chercha quelqu'un pour l'aider dans ses expériences de somnambulisme magnétique, Du Potet fut choisi. Il mit au point un système appelé "magnétisme magique" qui devint l'examen de la doctrine traditionnelle de l'aimantation d'un fluide magnétique universel, en lui incorporant la notion ancienne d'une puissance spirituelle universelle, qui a servi de base pour la "magie naturelle". Cette conception était très différente de la vision de Mesmer. Le Baron a affirmé avoir découvert dans le magnétisme animal une "magie de l'antiquité". Des phénomènes de contribution, de résistance au feu, de lévitation du corps humain et de communication avec les Esprits ont été fréquemment observés et étudiés par lui. Lors d'une visite en Angleterre, il présenta ces phénomènes au Dr. John Elliotson, premier représentant du magnétisme animal en Grande-Bretagne.

A Paris, le magnétisme va également attirer l'attention de l'enseignant et homme de sciences, le professeur Hippolyte Léon Denizard Rivail (Allan Kardec) également disciple de Mesmer, rédacteur en chef du Journal du Magnétisme et chef de la Société Mesmérienne. Lorsqu'en 1854, le Baron-du-Potet est intéressé par les informations transmises par le magnétiseur Fortier. Il réussit, dans de nombreux cas, leur application dans le traitement des troubles mentaux et ceux d'origine pathologique. Il épousa en premières noces Aglaé Saunier le 21 novembre 1833 à Paris, et en secondes noces Marie Isaure Hérault. En 1837, il exporta la pratique du magnétisme animal en Angleterre et forma notamment le médecin anglais John Elliotson. Il devint membre de la Société théosophique. Il publia le Journal du magnétisme de 1845 à 1861.

Allan Kardec

Un des fondateurs du spiritisme en France

Né le 3 octobre 1804, décédé le 31 mars 1869. Allan Kardec est le pseudonyme d'Hyppolyte Léon Denizard Rivail. Il est surnommé "le codificateur du spiritisme". Il le définit comme une doctrine fondée sur l'existence, les manifestations et l'enseignement des Esprits et il estime que les médiums peuvent communiquer avec les défunts. Il a étudié dans le château d'Yverdon avec Henry Pestalozzi. Il parle plusieurs langues.

En 1832 il se marie avec Amélie Boudet, une enseignante qui travaille avec lui. Les deux noms, "Allan" et "Kardec" formant son pseudonyme, seraient des noms qu'il aurait portés dans de précédentes vies et qui lui auraient été transmis lors de communications médiumniques. En 1855 il s'intéresse aux tables tournantes, une pratique venue des États-Unis. C'est à cette période que Léon prend le nom d'Allan Kardec. Il travaille avec plusieurs médiums, chacun écrivant une partie du livre. Il publie ainsi Le Livre des Esprits (1857), Le Livre des Médiums (1861) et Les Cinq Livres Fondamentaux du Spiritisme, continuellement réédités jusqu'à nos jours. Il fonde La Revue Spirite, un hebdomadaire qui est toujours publié aujourd'hui, en plusieurs langues. Il est enterré au cimetière du Père-Lachaise à Paris où un mémorial lui est dédié, ainsi qu'à Lyon. Nombreux sont les centres spiritualistes et les associations dans le monde qui portent son nom et continuent son œuvre.

Alfred Russel Wallace

Né le 8 janvier 1823, décédé le 7 novembre 1913 Il est le codécouvreur de la théorie de l'évolution avec Charles Darwin. Wallace fut fortement attiré par les idées radicales. Sa défense du spiritisme, et sa croyance en une origine immatérielle pour les plus hautes facultés mentales de l'être humain, mit à mal ses relations avec le monde scientifique. Autour de 1865, il s'intéresse au spiritisme.

Il affirme que la sélection naturelle ne pouvait expliquer le génie mathématique, artistique ou musical, l'esprit ou l'humour. Quelque chose dans "l'univers invisible de l'Esprit" était intervenu au moins trois fois dans l'histoire: la création de la vie, l'introduction de la conscience chez les animaux les plus évolués et la génération de facultés mentales supérieures chez l'être humain. Il pense également que la raison d'être de l'univers est le développement de l'esprit.

Emma Hardinge Britten

Née à Londres en 1823, décédée à Manchester en 1899. Elle est connue sous le nom d'Emma Floyd. Son père était capitaine dans la Marine. Il est mort quand elle n'était encore qu'une enfant. En grandissant elle prit en charge sa famille. Elle enseignait la musique et s'est forgé une réputation de médium dès ses premières années grâce à ses capacités innées. Enfant, Emma avait l'habitude de prédire l'avenir des personnes en rapportant qu'elle avait eu une vision ainsi que des informations sur leurs proches décédés qu'elle ne connaissait pas. En 1856, elle a tenu une séance et donné un message d'un ami qui était mort sur le navire "Pacific". Ce navire venait de couler et à l'époque de la séance on ne le savait pas encore.

Elle a exercé sa médiumnité dans le même bâtiment que, et avec, Madame Kate Fox qui était une des sœurs de Hydesville. Après un certain temps, Emma Hardinge Britten a renoncé aux démonstrations pour se concentrer sur l'inspiration, parlant des questions spirituelles. Elle a voyagé partout en Amérique ainsi que dans de nombreuses parties du monde en donnant des conférences et des allocutions inspirées sur le sujet du spiritualisme moderne. Ses livres, Modern American Spiritualism (1870) et Nineteenth Century Miracles (1884), sont des documents extrêmement détaillés de l'histoire du mouvement du spiritualisme moderne aux Etats-Unis. Elle est aussi célèbre pour avoir fondé le journal The Two Worlds. En 1901, dans le but de définir le spiritualisme, les rédacteurs de la constitution ont adopté les principes donnés par le biais de la médiumnité de Madame Britten. Ils ont ainsi établi les sept principes du spiritualisme. Selon d'autres sources, il fut allégué que c'est Robert Owen (né le 14 mai 1771 à Newtown, comté de Montgomeryshire, décédé le 17 novembre 1858 dans la même ville) qui aurait donné les 7 Principes. Robert Owen, socialiste réformateur gallois est considéré comme le "père fondateur" du mouvement coopératif, était bien connu pour ces principes. Néanmoins, il n'existe pas de référence directe ni de preuve de cette importante affirmation.

Andrew Jackson Davis

Né le 11 août 1826, décédé le 13 janvier 1910. Andrew Jackson Davis fut une figure du mouvement spiritualiste aux États-Unis. Il est né à Blooming Grove, État de New York. Apprenti cordonnier, il est devenu connu comme "le voyant de Poughkeepsie". Son inclination spirituelle vient d'une rencontre avec un hypnotiseur qui est devenu ensuite son assistant au cours de représentations publiques. Andrew Jackson Davis bénéficia d'une grande renommée en tant que clairvoyant et médium. Il pratiqua des soins en utilisant le magnétisme selon les principes du mesmérisme. En 1847, il publie le livre The Principles of Nature, Her Divine Revelations. Il entrait en état de transe et dictait verbalement des livres entiers à son entourage, comme par exemple A Voice to Mankind en 1845. Cette méthode lui permit de produire un grand nombre d'ouvrages à vocation scientifique. Selon l'opinion commune de son époque, il n'avait jamais reçu la moindre éducation scolaire. Il était aussi guérisseur, et disait avoir la capacité d'identifier les maladies. Intéressant à lire The magic Staff.

David Duguid

Né à Glasgow en 1832, décédé en 1907. David Duguid était un médium écossais surtout célèbre pour ses dessins automatiques et directs. Il déplaçait des objets, comme de lourdes boîtes à musique, sans contact physique, dans une pièce plongée dans l'obscurité. Un témoin a indiqué entendre des voix directes qui généralement chuchotaient, mais parfois aussi avaient des tons de tonnerre. Un soir, alors que le médium était en transe, assis dans son fauteuil auquel il était lié, un manteau qui était posé sur la table fut posé sur lui sans que les nœuds fussent défaits. Souvent les objets étaient mis en évidence par des lumières psychiques, ou encore des mains touchaient un témoin. Des parfums étaient aussi produits. Selon le témoignage de Thomas S. Garriock : "Une fois, M. Duguid a mis sa main dans la cheminée et en a sorti un gros morceau de charbon. Il a marché autour de la salle avec lui pendant cinq minutes." Il a dessiné ou peint sur des cartes en présence de spectateurs. En huit à dix minutes il produisait des images complètes. Il travaillait dans l'obscurité totale et les personnes qui étaient présentes disaient que les "Esprits" pouvaient, en moins d'une minute et indépendamment des mains du médium, produire une image, parfois en moins de 35 secondes. Ces images étaient minuscules et parfois si bien exécutées que leurs détails devaient être regardés à la loupe. Bon nombre de ces petites peintures à l'huile ont été trouvées sur une seule carte.

Lors d'une séance, les personnes présentes auraient entendu le bruit des pinceaux et du papier provenant de bien au-dessus de la table ; lorsque les peintures étaient achevées, le papier était humide et collant. En règle générale ces petites peintures étaient ensuite librement distribuées parmi les personnes présentes. Pour assurer le contrôle, M. Duguid était tenu ou attaché. Les ligatures retrouvées étaient souvent échangées. Si le médium était trop étroitement lié, il était libéré en quelques secondes dans l'obscurité et les ligatures tombaient doucement. Pour empêcher la substitution, les cartes étaient habituellement signées au dos avec les initiales des présents. Plus tard, une meilleure méthode d'identification fut employée, un coin de la carte était arraché et remis à un témoin avant le début de la peinture. En août 1878, Frank Podmore a assisté à une de ces séances. Il expliqua qu'il avait placé les fragments des cartes bien au fond de sa poche et comment le médium avait été attaché avec des mouchoirs de soie maintenus par un papier adhésif aux extrémités. Il écrit dans Le Spiritualisme Moderne (2 vols, 1902) "Après un quart d'heure, les lumières furent dirigées vers le haut et deux petites peintures à l'huile, une circulaire de la taille d'un penny, l'autre ovale et légèrement plus grande, furent découvertes sur les deux cartes. Les couleurs étaient encore humides et les coins déchirés des cartes toujours dans ma poche !

Les deux images qui se trouvent devant moi pendant que j'écris, représentent respectivement un petit ruisseau de montagne se précipitant sur les rochers et un lac de montagne avec ses rives baignées dans la lumière d'un coucher de soleil. Les peintures sont exécutées avec une telle précision et leurs détails sont si petits que l'on ne peut pas s'imaginer qu'un "humain" puisse les faire dans un temps si court et dans l'obscurité presque complète."

Daniel Douglas Home

Né le 20 mars 1833 à Currie en Ecosse, décédé le 21 juin 1886. S'il y a bien un qualificatif qui correspond le mieux à Daniel Douglas Home (prononcé "Hume"), c'est bien "arrogance" ! Considéré par beaucoup comme le plus talentueux médium qui ait jamais vécu, il évitait le contact avec les autres spiritualistes, déclarant qu'il n'avait rien à apprendre d'eux. Et peut-être avait-il raison, ou peut-être ne voulait-il pas se mêler aux gens du commun. Il utilisait ses pouvoirs paranormaux pour fréquenter les riches, les nobles et le roi. Ses talents psychiques, qui auraient été hérités de sa mère, ont commencé à se montrer quand il était enfant, notamment quand il prédit avec précision la mort d'un cousin.

Il fut un enfant maladif, étrange et avait, d'après sa famille, des pouvoirs remarquables. Alors qu'il était âgé de seulement 9 ans, Daniel Douglas Home partit aux Etats-Unis vivre chez sa tante Mary Cook dans le Connecticut. Il était atteint de tuberculose et sa santé continuait à se détériorer. Il passait la plupart de son temps à marcher dans les bois et à lire la Bible. C'est alors que les sœurs Fox créèrent la sensation avec leurs "claquements" et que le spiritualisme commença ainsi à être connu. Peu de temps après, le nombre d'événements paranormaux qui se produisaient dans la maison de D.H. Home se mit à augmenter et beaucoup pensèrent alors que ces phénomènes étaient l'œuvre du diable. Durant ses séances, il se produisait des lumières, des claquements, des mains fantomatiques qui se terminaient au niveau du poignet et qui serraient la main à des membres de l'auditoire. Il déplaçait des tables, des chaises et d'autres objets, jouait de la musique, énonçait des cartes-messages des morts et étonnamment il semblait être en mesure de réduire la taille de son corps. Pendant qu'il faisait ces choses, il demandait à une personne présente de tenir ses mains et ses pieds afin de prouver qu'il ne manipulait pas les objets avec des dispositifs secrets ou des fils. Il affirmait que tous ses exploits étaient rendus possibles par les Esprits sur lesquels il n'avait aucun contrôle. En août 1852 une séance eut lieu dans le Connecticut dans la maison de Ward Cheney, un riche homme d'affaires. Également présent ce soir-là, un journaliste local, F.L. Burr, qui écrivit : "Tout d'un coup, sans aucune attente,

M. Home fut absorbé dans l'air. J'avais ma main sur sa main et je sentais ses pieds quand brusquement, un de ses pieds fut levé du sol. Tout son corps palpitait d'émotions contradictoires de joie et de peur. Puis il a été soulevé jusqu'au plafond de l'appartement." Daniel Douglas Home disait que c'était une "puissance invisible" qui faisait cela…

William Stainton Moses

L'écrivain automatique

Né le 5 novembre 1839 à Donnington, Neshire, décédé le 5 septembre 1892. Son père était directeur de la Grammar School de Donnington. Lorsqu'il était à l'école, il marchait parfois pendant son sommeil. Une nuit, dans cet état, il descendit à la salle de séjour, écrivit un essai sur un sujet qui l'avait inquiété la veille et retourna au lit sans se réveiller. Ce fut le meilleur essai de la classe ! Aucun autre incident de nature psychique ne fut enregistré durant ses premières années. Ensuite il étudia à l'University College School. Il fut prêtre anglican de 1863 à 1870 au High Church. Dès 1872, il assista à sa première séance, il se rendit rapidement compte de ses propres capacités médiumniques et s'engagea dans le spiritualisme. Il était surtout connu pour son écriture automatique, mais il pouvait provoquer des coups, de la lumière, des parfums, de la musique. Il pouvait faire apparaître des objets, matérialiser des mains d'Esprits et faire de la lévitation (d'objets et de lui-même).

Il publia les résultats de ses expériences de médium dans Spirit Teachings et Spirit Identity, deux ouvrages qui sont considérés comme la "Bible" du spiritualisme britannique. Il devint le rédacteur en chef de la revue spiritualiste Light. Il obtint une bourse à l'Exeter College d'Oxford. En raison de son état de santé, il dut interrompre ses études. Il voyagea alors pendant un certain temps et passa six mois dans un monastère du Mont Athos. Quand il recouvra la santé, il retourna à Oxford et fut ordonné pasteur de l'Eglise d'Angleterre par le célèbre évêque Wilberforce. Il commença son ministère à Kirk Maughold près de Ramsey, dans l'île de Man, à 24 ans. Là, il gagna l'estime et l'amour de ses paroissiens. Il était connu pour les soins qu'il donna pendant une épidémie de variole, notamment quand il aida à soigner puis à enterrer un homme dont la maladie avait été si violente qu'il était très difficile de trouver quelqu'un qui accepta de s'approcher de lui. Son activité littéraire débuta à cette époque. En 1869 il tomba gravement malade. Il demanda l'aide médicale du Dr. Stanhope Templeman Speer. Il passa un moment de sa convalescence dans la maison du Dr. Speer, ce fut le début d'une amitié qui dura jusqu'à la fin de sa vie. En 1870, il fit une cure dans le Dorsetshire. Encore une fois, il fut contraint d’abandonner son travail de paroisse. Pendant les sept années suivantes, il fut le précepteur du fils du Dr. Speer. En 1871, on lui offrit une maîtrise à l'University College School à Londres où il resta jusqu'en 1889, quand sa santé l'obligea de nouveau à démissionner.

Ses réalisations de médium se firent toujours dans un cercle très restreint d'amis très proches, principalement avec son médecin, la femme de celui-ci et leur fils. William Stanton Moses essaya longtemps de concilier son intérêt spiritualiste et l'anglicanisme. Pour lui, les deux n'étaient pas exclusifs. Dans son ouvrage de 1878, Psychography, A Treatise on One of the Objective Forms of Psychic or Spiritual Phenomena, il inventa le terme "psychographie". En 1882, il participa à la création de la Society for Psychical Research. La même année il fonda un Ghost Club (= Club de fantômes) qui tenait un dîner mensuel et dont les membres devaient raconter, une fois par an, une histoire de fantôme ou une expérience parapsychologique. La période de sa vie entre 1872 et 1881 a été marquée par un afflux d'écrits (écriture automatique) qu'il écrivait le soir et relisait le matin. Il n'était souvent pas d'accord avec ce qu'il lisait ! Mais il continua, ce qui l'a conduit loin de l'église d'Angleterre et de son ancienne méfiance du spiritualisme. Il examinait tous ces phénomènes "parasites" qu'il avait rejetés jusqu'alors. Convaincu par Madame Speer, il décida finalement de s'y intéresser de plus près et participa à sa première séance avec Lottie Fowler le 2 avril 1872. Après de nombreux essais, il reçut une description saisissante de la présence de l'Esprit d'un ami qui était mort dans le nord de l'Angleterre. Il fit des séances dans de nombreux cercles privés. Après six mois environ, il devint convaincu de l'existence des Esprits désincarnés et de leur pouvoir de communiquer. Bientôt il montra des signes de grands pouvoirs psychiques.

En 1872, cinq mois après son introduction au spiritualisme, il fit sa première expérience de lévitation. Des soucis de santé l'obligèrent à diminuer progressivement les séances jusqu'en 1881. Ses séances étaient de natures très variées. La puissance y était souvent si énorme qu'E.W. Cox dans son livre Qui suis-je ? (2 vol., 1873-74) décrit "le balancement et le basculement en plein jour d'une table en acajou, de six pieds de large et de neuf pieds de long, nécessitant la force de deux hommes forts pour être bougée d'un pouce". Il écrit aussi : "La présence de Monsieur Moses semble être responsable du comportement extraordinaire de la table. Lorsque Monsieur Moses a tenu ses mains au-dessus de la table qui s'est levée sur l'un puis l'autre côté. Quand il a fait de la lévitation pour la troisième fois, il a été jeté d'abord sur la table puis sur un canapé adjacent. Malgré la distance et l'intensité de la force, il n'a nullement été blessé." Les objets laissés dans la chambre de William Stanton Moses étaient souvent retrouvés disposés en forme de croix. Les apports étaient des phénomènes fréquents, il s'agissait généralement d'objets provenant d'une autre partie de la maison, toujours petits, venus mystérieusement à travers les murs ou les portes closes et jetés sur la table. Parfois leur origine était inconnue. Croix en ivoire, coraux, perles, pierres précieuses, ces dernières expressément pour Monsieur Moses, avaient été également portées et provenaient de sources inconnues. Des lumières variant grandement en formes et en intensité étaient fréquemment observées.

Des Esprits différents venaient, mais le Communicateur "en chef" se faisait appeler "Imperator". Madame Speer a enregistré des messages lorsque William Stanton Moses était en transe, mais elle a déclaré qu'il était impossible pour elle de capturer la beauté et le raffinement des manifestations et la puissance d'Imperator. Le 30 mars 1873, des messages commencèrent à être communiqués via les mains de W.S. Moses au moyen de l'écriture automatique ; ils ont été rassemblés dans deux livres Spirit Teachings, publié par Moses en 1883 et More Spirit Teachings, publié après sa mort par le Dr. Speer. W.S. Moses a également édité Light, une publication de la London Spiritualist Alliance qu'il a aussi aidé à fonder.

Les frères Davenport

Les magiciens

Ira Davenport (septembre 1839, juillet 1911). William Davenport (février 1841, juillet 1877). Les frères Davenport, fils d'un policier de Buffalo, ont commencé leurs spectacles en 1854 après avoir eu connaissance des récits des sœurs Fox. Leurs spectacles étaient présentés par un ancien adepte du spiritualisme, le Dr. J. B. Ferguson, qui assurait au public que les frères travaillaient avec la puissance de l'Esprit et non par "magie". Le plus fameux effet des Davenport était l'illusion de la boîte. Les frères étaient liés à l'intérieur d'une boîte qui contenait des instruments de musique. Une fois que la boîte était fermée, les instruments sonnaient. Lorsqu'on ouvrait la boîte, les frères étaient attachés dans les mêmes positions qu'au départ. Les témoins croyaient que des forces surnaturelles étaient la cause de ces phénomènes. Les frères Davenport parcoururent les États-Unis pendant 10 ans et se rendirent ensuite en Angleterre où le spiritualisme commençait à devenir populaire. Leurs capacités furent étudiées par un "Ghost Club" (cercle spirite) qui contesta leur revendication de pouvoir communiquer avec les morts. Le résultat de l'enquête du Ghost Club n'a jamais été rendu public.

Nettie Colburn

La médium d'Abraham Lincoln

Née en 1841 et décédée en 1892. Nettie Colburn et un ami ont commencé à développer leur médiumnité. Ils s'assirent tous les jours pendant un an. C'était plus facile à l'époque de développer sa médiumnité, il n'y avait pas de distractions comme la télévision, le cinéma, la radio, tout cela n'existait pas encore ! A 15 ans, elle tint sa première démonstration publique en transe. Bien que le spiritualisme ne fût pas un sujet très populaire, la salle était remplie. N. Colburn resta en transe pendant une heure et demie ! Les informations données furent très détaillées et il était évident qu'elles étaient beaucoup trop sophistiquées pour une jeune fille de son âge. Nettie Colburn était très connue aussi pour avoir donné des séances en transe au président américain Abraham Lincoln ! Que lui avait-elle dit ? Elle en a gardé le secret pendant plus de 30 ans. En 1891, Nettie Colburn a publié ses Mémoires intitulés Abraham Lincoln était-il spiritualiste ? qui contenaient des révélations curieuses sur la vie d'un médium. Elle y fournit un compte rendu détaillé de son expérience des séances au Président et à son épouse.

James Johnson Morse

L'évêque du spiritualisme

Né en 1848, décédé en 1919. Il est un des plus éminents orateurs transe du XIXe siècle et fut désigné "l'évêque du spiritualisme" par le journaliste W.T. Stead. J.J. Morse fut orphelin à 10 ans. Il avait très peu d'instruction avant que sa médiumnité ne soit découverte. James Burns, le célèbre éditeur spiritualiste, s'intéressa à Morse et l'employa comme assistant dans son bureau d'édition. L'Esprit "Tien Sien Tie", le philosophe chinois qui disait avoir vécu sous le règne de l'empereur Kea-Tsing, a donné ses premiers messages en 1869 par le biais de Morse dans les bureaux de J. Burns. De nombreuses preuves de l'identité de l'Esprit ont été données, dont certaines rééditées sous forme de tableaux par Edward T. Bennett. La médiumnité physique de Morse était puissante. Il a pu démontrer le phénomène de l'allongement du corps humain. Sa médiumnité fut un facteur important dans la propagation et la croissance du spiritualisme en Grande-Bretagne. Sa fille, Florence, qui fut clairvoyante dès l'enfance, a également développé ses capacités d'oratrice. Elle a beaucoup voyagé, parcourant le monde anglophone.

William Thomas Stead

Né le 5 juillet 1849 et mort à bord du Titanic le 15 avril 1912. Il vivait à Darlington. Pour lui, la mission du spiritisme est "de rendre les hommes spirituels". Son intérêt pour le spiritualisme semble commencer quand il déménage à Londres. En 1881 il participe à sa première séance. Il avait été salué comme le futur "Saint Paul du spiritisme". Mais ce ne fut que lorsqu'il devint son propre patron en tant que propriétaire et rédacteur en chef de la Review of Reviews en 1890, qu'il fut en mesure d'approfondir son intérêt pour le spiritualisme. À cette époque, Stead a été presque complètement absorbé par le surnaturel, et en 1893, il fonde la revue trimestrielle Borderland dont il est l'éditeur. Son œuvre la plus célèbre est Letters from Julia (les lettres de Julia), un compte rendu de "conversations" entre lui et la journaliste américaine disparue, Julia Amis, réalisé au moyen de l'écriture "automatique". Stead mit en place un cercle de séances qui se réunissait tous les matins.

Florence Eliza Cook

Née le 3 juin 1856 à Cobham, Kent, décédée le 22 avril 1904 à Londres. Florence Eliza Cook fut une médium anglaise célèbre pour avoir été la première Britannique à réaliser une matérialisation complète en faisant apparaître l'Esprit qui se faisait appeler "Katie King". Florence Cook était l'aînée des quatre enfants d'Henry Cook, un ouvrier typographe, et de son épouse, Emma Till. Florence Cook avait un frère (Henry Ridsdale Macdonald) et deux sœurs (Kate Selina et Edith Harriett). En 1859, la famille vint s'installer à Dalston, dans le quartier londonien de Hackney. Il existe plusieurs versions quant à la découverte des talents de médium de Florence Cook, mais elles semblent toutes tomber d'accord sur le fait qu'elle fut présentée par un ami de la famille, peut-être Thomas Blyton, au cercle spiritualiste de la Dalston Spiritualists' Association où elle fut formée et fit de rapides progrès. En juin 1871, Thomas Blyton informa, via un article dans le Spiritualist, la communauté spiritualiste de l'existence d'un jeune médium prometteuse. En fait, il semblerait qu'elle ait alors dépassé les capacités de formation de la Dalston Spiritualists' Association et que Thomas Blyton lui cherchait d'autres maîtres. À l'époque, les médiums Charles Williams (qui habitait Hackney et pouvait donc avoir connu la famille Cook) et Frank Herne avaient réussi des "matérialisations" de visages d'Esprits. Florence Cook continua sa formation avec eux. Les deux hommes avaient pour "Esprit principal" (celui qui se manifestait le plus, qui en contrôlait le déroulement) "Katie King". "John King" était un des "Esprits principaux" du XIXe siècle.

Il aurait été l'Esprit d'un boucanier nommé Sir Henry Owen Morgan. Elle avait tout juste quinze ans quand elle commença à matérialiser, à faire apparaître le visage de "Katie King" dans l'interstice des rideaux de son "cabinet noir". Ce visage était au départ statique et paraissait "sans vie", les yeux hagards. Petit à petit, elle réussit à l'animer, principalement grâce, disait-elle, à la bonne humeur qui pouvait régner parmi les participants. Au début de chacune de ses séances, Florence incitait son public à chanter ou à plaisanter au cours de la séance afin de maintenir cette atmosphère de bonne humeur qui lui était nécessaire. Comme par ailleurs elle ne s'était pas "spécialisée" dans la communication avec les parents disparus de ses "spectateurs", l'atmosphère n'était jamais pesante, ce qui constituait un attrait certain. Un autre attrait était la beauté pubère du jeune médium. Les matérialisations s'améliorèrent. D'abord un visage aux yeux vides, puis un visage animé, puis des mains et ensuite des bras apparurent dans l'ouverture du rideau qui fermait le "cabinet noir". Le visage fut alors identifié comme étant celui de "Katie King" et il devint un des éléments réguliers des séances de Florence Cook. Ce fut au printemps 1873, qu'elle réalisa la première matérialisation complète en Grande-Bretagne. Ce soir-là, la mise en scène resta la même.

La médium, habillée d'une volumineuse robe noire, fut attachée. Les rideaux furent tirés et après la période de concentration, ils furent écartés par une jeune femme vêtue à l'antique d'un léger voile blanc, bras et pieds nus, tandis que pouvait s'apercevoir dans le fond la forme du médium. "Katie King" fit alors quelques pas dans la pièce, à la manière d'une statue, dit quelques mots et se retira dans le "cabinet noir". Quelques minutes plus tard, les rideaux furent écartés par les spectateurs qui purent voir Florence Cook, vêtue de sa robe noire, bottines aux pieds et toujours attachée, les sceaux non brisés. Ce fut le coup de théâtre qui fit définitivement sa réputation. "Croyants" et "non-croyants" se pressèrent, multipliant les dons généreux pour avoir le privilège d'assister à une de ses séances. Le "cabinet noir" jouait un rôle très important dans la mise en scène de la séance. Cette installation (parfois réduite à un simple rideau) cachait le médium à la vue de son "public" et était répandue dans le milieu médiumnique de l'époque, elle n'avait donc rien de surprenant. Elle expliquait qu'elle avait besoin de la solitude, du calme et de l'obscurité de ce "cabinet noir" pour produire ses matérialisations. Afin de couper court aux critiques potentielles, dès le mois de mai 1873 elle accepta un "contrôle extérieur". Avant la séance, elle se retirait avec une matrone dans une chambre à coucher et se laissait fouiller. Puis, dans le "cabinet noir", elle était attachée par les participants de la séance. Les mains étaient liées dans le dos, d'abord avec une corde puis avec du coton dont le fil plus fragile se cassait plus facilement en cas de mouvement.

Les nœuds étaient scellés à la cire. Parfois tout le corps était ficelé et le public tenait le bout de la corde. Florence Cook accepta même plus tard d'être reliée à un galvanomètre qui enregistrait le moindre de ses mouvements. Ainsi ne pouvait-elle pas être soupçonnée de fraude. Très vite, tous les médiums furent soumis à ce genre de vérification. Mais la seule vérification indiscutable (comme pour tous les médiums "à manifestation") était de voir en même temps Florence Cook et "Katie King". La règle était que le médium devait, pour sa sécurité et la qualité de sa performance, rester dans le noir. Dans le cas de Florence Cook, lorsque "Katie King" était visible, on pouvait soulever le rideau et voir la forme du médium mais son visage était caché par un voile et lorsqu'on pouvait voir le visage de la médium, "Katie King" ne s'était pas encore manifestée. Médium et apparition étaient assez similaires physiquement, hormis la couleur de cheveux qui différait. Il semblerait cependant qu'à une ou deux occasions, la peau de "Katie King" eut été noire. Le succès de "Katie King", et donc de Florence Cook, alla croissant. Elles attiraient de plus en plus de spectateurs, d'autant que "Katie King" acceptait de se montrer en pleine lumière, elle acceptait même de se faire prendre en photo. Les manifestations dans les séances des médiums concurrents se faisaient plutôt dans une semi-obscurité, ce qui réduisait leur intérêt. Jeune et jolie, elle devint très vite une star dans le monde du spiritualisme. Ses séances, de véritables spectacles, attiraient un immense public.

Elle devint la protégée d'abord du spiritualiste Charles Blackburn qui fut un véritable manager de sa carrière, puis du scientifique William Crookes avec qui elle se livra à des expériences destinées à comprendre les phénomènes psychiques. Charles Blackburn, qui finançait déjà la publication du Spiritualist et les activités de Frank Herne, lui offrit son soutien financier. Il se proposa de verser, à elle ou à sa famille, la somme correspondant à ce qu'un pasteur travailleur pouvait recevoir dans l'exercice de ses fonctions. En échange, il ne demandait qu'un droit de contrôle sur ses activités de médium, une place privilégiée lors des séances et la possibilité de rencontrer la jeune femme autant qu'il le désirait. Il devint aussi plus ou moins son "agent artistique". Elle put ainsi demeurer une "médium privée", qui n'exerçait pas ses dons en public pour de l'argent. Parmi les concurrentes qui menaçaient la position de vedette de Florence Cook se trouvait sa sœur, Kate Selina, âgée de treize ans. Le 29 avril 1874, elle épousa secrètement Edward Elgie Corner (décédé en 1928), le fils d'une famille de Dalston voisine et amie des Cook chez qui des séances se tenaient parfois. Elle ralentit alors considérablement, mais temporairement, sa carrière de médium. Ils eurent deux enfants Kate et Edith. Il semble qu'elle soit morte dans une pauvreté relative, des suites d'une pneumonie, en avril 1904. Son époux se remaria en octobre 1907 avec sa jeune sœur Kate.

Leonora Piper

Née Leonora Evelina Simonds, le 27 juin 1857, décédée le 3 juin 1950 à Nashua dans le New Hampshire. Une des médiums les plus étudiées de l'histoire des recherches psychiques anglo-saxonnes du XIXe siècle. A l'âge de 8 ans, elle sentit dans son oreille un sifflement prolongé. Graduellement elle entendit un son qui ressemblait à lettre S, suivie ensuite par les mots : "Tante Sarah n'est pas morte, mais est toujours avec toi". L'enfant était terrifiée. Sa mère prit note du jour et de l'heure. Quelques jours plus tard, elle constata que tante Sarah était morte à l'heure et au jour même du message. Quelques semaines plus tard, elle se mit à crier en pleine nuit qu'elle ne pouvait pas dormir à cause de "la lumière dans la salle", disant voir des visages entre la lumière et son lit. A part ces quelques expériences occasionnelles, son enfance fut normale. À 22 ans, elle épousa William Piper de Boston. Peu après, elle alla consulter la Dr. J. R. Cocke, une voyante professionnelle aveugle. A la deuxième visite, la Dr. Cocke mit sa main sur sa tête, elle vit devant elle "un flot de lumière avec beaucoup de visages étranges". En transe, Leonora Piper quitta sa chaise et se dirigea vers un tableau situé au centre de la salle, prit un crayon et du papier, écrivit rapidement pendant quelques minutes, et remit le document à un membre du cercle, puis elle retourna s'assoir. Un membre du cercle était le juge Frost, de Cambridge, un juriste renommé. Le message, le plus remarquable qu'il eut jamais reçu, venait de son fils décédé.

Leonora Piper n'était pas du tout satisfaite par cette soudaine notoriété, et en dehors des membres de sa famille et de ses amis intimes elle refusait de donner des consultations. Mais son pouvoir supranormal était si fort qu'elle a continué les séances. Elle retourna aux États-Unis et commença une carrière médiumnique, avec des hauts et des bas. En 1901, le New York Herald publia une histoire à son sujet qui était intitulée : "Mrs. Piper's Plain Statement" (Les déclarations de Madame Piper). Elle revint en Angleterre en 1906.

Etta Wriedt

Née en 1859, décédée le 13 septembre 1942 à Detroit (Michigan). Etta Wriedt était une médium américaine capable de "voix directe". Elle était bien connue dans le monde du spiritualisme. Dans la salle de séance plongée dans l'obscurité, les Esprits utilisaient une trompette qui émettait des sons et des voix. Etta Wriedt demandait aux gens 1 dollar pour assister à ses séances. Un de ses guides spirituels était "John Sharp" qui disait être né à Glasgow, en Écosse, au XVIIIe siècle. Elle fit le tour de l'Angleterre cinq fois. E.K. Harper a enregistré près de 200 séances avec Madame Wriedt. Souvent on entendait la voix directe dans la lumière du jour. Il se produisait d'autres phénomènes lors des séances, comme des formes lumineuses glissant dans l'obscurité de la pièce, parfois la matérialisation de chiens.

Des fleurs étaient retirées des vases et placées dans les mains des participants dans différentes parties de la pièce obscure. Des doigts invisibles touchaient des participants et par la trompette exhortaient une personne hésitante à répondre promptement. Des disques lumineux ont été vus se déplacer à l'intérieur du cercle. Les participants ont souvent reçu des gouttes d'eau, senti soudain un air froid et vu des objets lourds se déplacer. L'Esprit "W.T. Steak", qui était mort dans la tragédie du Titanic, communiquait fréquemment et a donné beaucoup de détails sur sa mort. Il a dit qu'il avait été frappé à la tête quand le Titanic a coulé et n'a jamais ressenti la sensation réelle de noyade. Elle pouvait lire des noms "écrits vers le haut" comme elle disait, dans l'obscurité. Elle a donné des preuves abondantes que les voix et le contenu des messages donnés étaient totalement vrais et sans aucune fraude. Un jour, Chedo Miyatovich, un diplomate serbe, membre de plusieurs sociétés savantes, était assis auprès de Madame Wriedt en compagnie d'un ami avocat croate, H. Hinkovitch, qui venait d'arriver à Londres. Des voix de défunts amis et parents leur ont parlé en serbe, en croate, et lors d'une séance ultérieure, en allemand pour Margarette Selenka qui venait d'Allemagne. Une tentative de discréditer les phénomènes de Madame Wriedt a été effectuée à Christiania en août 1912, par le professeur Birkenhead. Il a déclaré que les bruits dans la trompette résultaient du lycopodium, une poudre légèrement inflammable utilisée par les pharmaciens pour la fabrication de certaines pilules.

D'autres chimistes ont démontré tout le ridicule du rapport quand on a appris que le professeur Birkenhead était… extrêmement sourd et qu'il n'était donc pas en mesure de porter un quelconque avis sur les voix !

Sir Arthur Conan Doyle

Né en 1859 en Écosse, décédé en 1930. À l'âge de neuf ans, il est inscrit au collège de Stonyhurst qu'il quitte vers 1875. Il devient alors agnostique. De 1876 à 1881, il étudie la médecine à l'université d'Édimbourg. Tout en pratiquant la médecine, il commence à écrire. Son premier travail est une étude qui paraît en 1887. C'est la première apparition de Sherlock Holmes. En 1885, il épouse Louisa Hawkins, surnommée "Touie", qui souffre d'une tuberculose et meurt en1906. En 1907, il se remarie avec Jean Elizabeth Leckie qu'il avait rencontrée en 1897, et avec qui il avait maintenu une relation platonique. Il a eu cinq enfants, deux de sa première épouse et trois de sa seconde. Il publie en 1891 les enquêtes de Sherlock Holmes. Il se consacre au spiritualisme et écrit divers ouvrages. Dans son livre L'Histoire du spiritualisme (1926), Conan Doyle loue les phénomènes psychiques et les matérialisations d'Esprits produites par Mina Crandon. Son travail sur l'occultisme est une des raisons pour lesquelles une série des aventures de Sherlock Holmes a été interdite en Union soviétique en 1929.

Baron Albert von Shrenck-Notzing

Né en mai 1862, décédé en février 1929. Le Baron Albert von Shrenck-Notzing était un médecin allemand, un psychiatre et un chercheur psychique éminent.

Il s'est consacré à l'étude des événements paranormaux liés à la médiumnité, l'hypnotisme et la télépathie. Il a étudié la médiumnité d'Eva Carrière. Il a publié Le livre des phénomènes de matérialisation, dont la traduction anglaise (1920) comprend des photographies de l'ectoplasme qui ont révélé des marques de découpes de magazines, des épingles et un morceau de ficelle. En 1920, ce fut la Society for Psychical Research de Londres qui se pencha sur les réalisations d'Eva Carrière. Une analyse de son ectoplasme révéla qu'il était en papier mâché.

Eva Carrière

Née en 1886 en France, était une éminente médium, fille d'un officier français, et la fiancée du fils du général Elie Noël, Maurice Noël, décédé au Congo d'une maladie tropicale en 1904 avant leur mariage. Elle vivait avec le général Noël et son épouse à la Villa Carmen à Alger et disait que ses facultés de médiumnité s'étaient développées après la mort de son fiancé. En 1905, elle a tenu une série de séances de spiritisme à la Villa Carmen. Dans ces séances se matérialisait un esprit appelé "Bien Boa", un brahmane hindou vieux de 300 ans.

William Hope

Né en 1863, décédé à Salford le 8 mars 1933. William Hope fut un pionnier de ce qu'on appelle "l'Esprit photographie". Installé à Crewe, en Angleterre, il travaillait comme menuisier mais il a rapidement pris contact avec des cercles paranormaux qui prétendaient être capables de capturer des images des Esprits avec une caméra. William Hope a produit sa première image d'un Esprit en 1905 et peu de temps après, il forma le groupe de Crewe, un cercle spiritualiste, avec lui-même comme leader. Le 4 février 1922, à la suite de quelques tests réalisés au British College of Psychic Science. En 1932, Fred Barlow, l'ancien secrétaire de la Society for the Study of Supernormal Pictures, ainsi que le Major W. Rampling-Rose, ont donné une conférence conjointe à la Society for Psychical Research présentant les résultats tirés d'une longue série de tests sur les méthodes utilisées par W. Hope pour produire ses photographies d'Esprits. Hope a toujours conservé d'éminents fidèles, y compris l'auteur et spiritualiste Sir Arthur Conan Doyle qu'il a même été jusqu'à écrire un livre intitulé The Case for Spirit Photography.

John Sloan

Né en 1869, décédé en 1951. John Sloan était un médium physique écossais de Glasgow, emballeur dans un entrepôt. Il n'acceptait aucune rémunération pour ses séances. Son Guide était "Plume Blanche", un Indien d'Amérique, une personnalité géniale qui préférait se faire appeler "Whitey". Il (Whitey) parlait par l'intermédiaire du médium John Sloan et en voix directe par le biais d'une trompette. Pour avoir le médium au British College of Psychic Science, Hewat Mc Kenzie lui avait trouvé un emploi dans un garage de Londres. Après son retour à Glasgow, les facultés de John Sloan furent étudiées pendant cinq ans par J. Arthur Findlay. En 1924, il publia un petit livre sur ses découvertes An Investigation of Psychic Phenomena (Investigations sur les phénomènes psychiques), avec une préface de Sir William Barrett. Ceci fut suivi par un plus grand volume en 1931 On the Edge of the Etheric (Au bord de l'éthérique), dans lequel J.A. Findlay a divisé les cas en A1 et A2, selon la qualité de la preuve. Un éminent mathématicien a calculé les probabilités de deviner correctement tous les faits enregistrés. D'après lui, pour avoir atteint cette précision, la probabilité aura été de 1 sur 5'000'000'000'000.

Edgar Cayce

Né le 18 mars 1877 près de Beverly, Kentucky, décédé le 3 janvier 1945 à Virginia Beach. C'était un médium américain. Pendant des séances, il répondait à des questions relatives à quelqu'un. Ses séances avaient trait, au début, à la santé physique, puis les conseils se sont diversifiés et ont porté sur l'interprétation des rêves, les phénomènes psychiques, la santé mentale, la méditation, la prière, le développement spirituel. Il a eu une grande influence sur certaines idées New Age bien qu'il ait vécu avant l'émergence de ce courant. Selon Louis Pauwels qui évoque sa biographie, Cayce était un homme très simple, avec peu d'instruction, mais capable en état de transe, de prescrire une solution médicale pour toutes sortes de maladies. Ses dons lui seraient venus à cinq ans, après une maladie qui l'aurait plongé dans le coma. Dans le coma, l'enfant aurait donné alors à son médecin, à voix haute, la cause de son état et le type de cataplasme qu'il fallait lui appliquer. En état de transe, il aurait prédit l'heure et le jour de sa mort, et la maladie incurable qui l'emporterait mais qu'il ne voulut pas désigner. Les sceptiques ont douté de la réalité de ses pouvoirs psychiques. Cayce a été toute sa vie un membre des Disciples du Christ (église protestante), les chrétiens conservateurs ont critiqué ses interprétations théologiques.

Arthur Findlay

Né en 1883, décédé le 24 juillet 1964. Arthur Findlay fut un éminent spiritualiste britannique qui a beaucoup écrit sur la finance, l'économie et les sujets psychiques. Il était Juge de Paix pour les comtés d'Essex, en Angleterre et d'Ayrshire, en Écosse. En 1913, il reçut l'ordre de l'Empire britannique pour son travail d'organisation avec la Croix Rouge pendant la première guerre mondiale. En 1920, il devint le fondateur et le vice-président de la Société de Glasgow pour la recherche psychique et prit une part importante dans des enquêtes menées par l'église d'Écosse sur les phénomènes psychiques. Il fut le Président du journal Psychic News et Président honoraire de la SNU. Il était connu comme conférencier, enseignant et chercheur. Pendant cinq ans, il a réalisé une étude spéciale sur les phénomènes de voix directe du médium John C. Sloan. Son livre An Investigation of psychic phenomena explique comment la voix directe est produite et traite du sujet et des enseignements. Findlay affirmait que l'univers est une gigantesque échelle de vibrations dont fait partie le physique. Il disait que les dieux sont des inventions humaines des peuples primitifs qui imaginaient que toutes les apparitions étaient des dieux. Après avoir passé neuf ans à étudier des phénomènes psychiques, c'est en 1923 que Arthur Findlay acheta un domaine de 15 hectares sur lequel s'élève Stansted Hall, une splendide demeure victorienne datant de 1871. En 1945, Arthur Findlay eut l'idée d'un collège spiritualiste à Stansted Hall. Les plans ont été dessiné en 1954 et en 1964, après le décès de son épouse Gertrude, il lègue la propriété à la SNU. Stansted Hall est de nos jours l'un des collèges les plus réputés au monde pour la promotion du spiritualisme et de la science psychique.

Mina (Margery) Crandon

Née en 1888, décédée en 1941. Mina Crandon est souvent appelée "Margery". Le Dr Joseph B. Rhine, père de la parapsychologie moderne, a dit un jour : "Je pense que la principale valeur de Margery résidait dans le grand bruit fait en rassemblant des gens de différentes régions du monde." Hereward Carrington, un des plus notables enquêteurs psychiques, a écrit : "À la suite de plus de quarante séances avec Margery, je suis arrivé à la conclusion définitive que de véritables phénomènes paranormaux se produisent fréquemment. Alors que le romancier Sir Arthur Conan Doyle disait : "Les phénomènes sont peut-être les meilleurs attestés dans les annales de recherche psychique". En 1918, après un mariage malheureux, elle épousa un chirurgien, le Dr. Le Roi Goddard Crandon. Ils achetèrent la maison sise au n 11 Lime Street, Beacon Hill et s'intégrèrent dans la "bonne société" de Boston. Les Crandon formaient le couple parfait de Beacon Hill. Le Dr. Crandon était un professeur prestigieux de la Harvard Medical School. En 1923, il s'intéressa sérieusement à la spiritualité et à la recherche psychique. En mai de la même année, les Crandon, avec quelques amis, décidèrent de "s'asseoir" pour une séance avec une table. L'Esprit s'identifia comme "Walter", le frère de Mina mort dans un accident de train en 1911. Après, il parla via le processus de voix directe. Au cours d'une séance, une personne présente a demandé à Walter s'il parlait la langue de la "Quatrième Dimension". Walter répliqua : "Non, je parle dans une langue pour me faire comprendre." Walter estimait que sa mission était d'aider à démontrer, par l'intermédiaire de sa sœur, le processus créatif de l'Esprit.

Estelle Roberts -

La première à faire une guérison batterie

Née le 10 mai 1889, décédée en mai 1970. Estelle Roberts est considérée comme une des plus célèbres médiums britanniques du XXe siècle. Gordon Higginson (ancien président de l'Union spiritualiste anglaise, SNU) la décrivait comme la "médium parfaite". Dans les années 1950, elle a contribué à la reconnaissance officielle de l'Eglise Spiritualiste par le gouvernement britannique. Elle a donné les preuves de ses capacités psychiques devant la Chambre des Communes. Elle était une médium "physique" et "mentale". Au cours de sa carrière elle a transmis les enseignements de son Guide spirituel qu'elle disait être un Amérindien Peau Rouge appelé "Red Cloud" (Nuage Rouge). Ses enseignements ont été recueillis dans un volume édité dans les années 1930. À plusieurs reprises, elle a donné des démonstrations au Royal Albert Hall à Londres, toujours devant une salle comble, et a tenu des conférences montrant ses capacités à la Queen's Hall à Londres, dans la Town Hall à Birmingham, dans la Free Trade Hall à Manchester, à Reading et dans tout le Royaume-Uni. Lors des démonstrations publiques, elle transmettait avec détermination et avec force chaque preuve. Dans les premières années, ses démonstrations en voix directe où n'étaient présents que quelques privilégiés, étaient une expérience émotionnelle absolument unique et inoubliable. Ses discours en état de transe ont été une inspiration pour beaucoup.

Harry Edwards

Né à Londres en 1893, décédé en 1976. Ce n'est qu'en 1936 qu'Harry Edwards s'intéressa à la médiumnité et à la guérison, après avoir assisté à un cercle ouvert. Il fut encouragé par d'autres médiums à devenir guérisseur. Il fut invité à donner une guérison à une personne souffrant de tuberculose dont elle guérit complètement. Cela l'encouragea à poursuivre son travail de guérisseur qui prit rapidement la place de son travail d'imprimeur. La réputation et la popularité d'Harry Edwards grandirent, et il donna des démonstrations publiques jusque devant 6'000 personnes. Il fut l'un des rares guérisseurs capables de médiumnité physique. Un jour, il donna une guérison à une personne qui avait un os déformé. Après la séance l'os était guéri ! Mais malgré toutes ses compétences, il ne put malheureusement pas soigner son ami Jack Webber qui était atteint d'une méningite ; la guérison reçue n'eut pas d'effets. Harry en fut profondément affecté. Dix ans avant sa mort, il fonda le sanctuaire de guérison Harry Edwards de Shere. Il a écrit plusieurs livres.

Helen Hughes

Née en 1893, décédée en septembre 1967. Helen Hughes était une médium remarquable qui travailla sans relâche en tant qu'ambassadrice de la Spiritualiste National Union. Elle était capable, en transe, de parler dans des langues qu'elle ne connaissait pas. Personne n'a jamais pu fournir une explication plausible pour ces faits. Helen Hughes a expliqué : "La seule langue que je parle est ma langue maternelle, et mon mari a été toute sa vie un simple mineur." Elle a impressionné des milliers de spectateurs pendant ses séances publiques. Son travail a été reconnu pour être de très grande qualité.

Lilian (Airdrie) Bailey

La médium de la famille royale britannique

Née en 1895 à Cardiff, pays de Galles, décédée en 1971. Après la première guerre mondiale, en 1919, Lilian a épousé le fils d'un ministre, William (Bill) Bailey. Lilian empruntait des livres. L'un d'eux, faisant référence à un homme nommé William Hope, un photographe psychique qui vivait également dans la ville de Crewe, elle lui demanda s'il pourrait obtenir une photographie de sa mère morte. Cette rencontre conduisit Lilian Bailey à devenir l'une des plus remarquables démonstratrices et transe médium de son époque. Un jour à l'école, pendant un examen, elle demande de l'aide. Une voix claire lui répond : "Je vous aiderai." Et... elle réussit son examen avec mention !

Au fil des années, dans les moments difficiles, elle entendait la même voix avec son message rassurant. Un jour, dans une église spiritualiste à Crewe, alors qu'elle participait à un cercle, elle entendit des voix prononçant des prénoms qui ne signifiaient rien pour elle, mais qui avaient du sens pour un voisin. William Hope s'intéressa à sa médiumnité et lors de sa première séance, elle fut en transe pendant une heure ! Elle n'aimait pas ce retrait de conscience, cela l'effrayait. Elle finit par surmonter sa peur de la transe lorsqu'elle fut en mesure de vérifier l'identité de celui qui se présentait comme son Guide : "Wootton", un ancien officier anglais. Elle donna aussi des consultations à la famille royale britannique, en particulier à la reine Elisabeth qui voulut contacter son père George VI en 1953.

Helen Dunkan

Née le 25 novembre 1897, décédée le 6 décembre 1956. Helen Dunkan était la fille d'un ardoisier. A l'école, au grand désespoir de sa mère (membre de l'église presbytérienne), elle alarmait les autres élèves avec ses terribles prophéties et son comportement hystérique. En 1916, elle épousa Henry Duncan, un ébéniste et ancien combattant blessé, qui était en faveur de son talent surnaturel. En 1926, elle développa la clairvoyance en offrant des séances et en émettant l'ectoplasme de sa bouche. Mère de six enfants, elle travailla à temps partiel dans une usine d'eau de Javel. En 1931, l'Alliance spiritualiste de Londres examina sa méthode. L'examen des morceaux de l'ectoplasme émis par Madame Duncan révéla qu'il était composé de coton à fromage, de papier mélangé à du blanc d'œuf et du papier toilette, le tout collé ensemble. Le 6 janvier 1933 à Edimbourg, lors d'une séance, l'Esprit d'une petite fille nommée Peggy émergea dans la salle. Un témoin, Esson Maule, constata que l'ectoplasme était fait avec une sous-veste très légère en Jersey. Les lumières furent rallumées, la police appelée et Madame Duncan poursuivie et condamnée à une amende de £ 10. Elle fut condamnée pour médiumnité à l'Edinburgh Sheriff Court, au cours du procès tenu le 11 mai 1933. Le mari de Madame Duncan fut également soupçonné d'avoir été son complice.

Kathleen Goligher

Née en 1898. Elle était une médium physique. Elle tenait des séances dans sa propre maison avec sept membres de sa famille. William Crawford a étudié sa médiumnité et pris des photos de son ectoplasme qui, selon lui, était authentique. W. Crawford estimait qu'elle pouvait communiquer avec les Esprits. En sa présence, des tables lévitaient et des "coups de marteau" étaient entendus. A approfondir pour qui s'intéresse à la médiumnité physique.

Bertha Harris

Née vers 1900, décédée le 17 mars 1981 à Londres. Appelée affectueusement Battling Bertha. Dans ses séances privées, elle entrait en état de transe et donnait de nombreux noms, d'incidents, des choses intimes, parfois des prédictions, avec un flux rapide. Lors d'une visite à Edimbourg, comme rapporté par un célèbre journaliste, Bertha Harris demanda à visiter une maison hantée. Ses conclusions sur le site concordaient avec l'histoire longtemps enfouie et tout à fait inconnue d'elle. Elle fut une experte en psychométrie et fit également une étude de l'aura humaine comme un moyen de détecter les caractéristiques personnelles, l'état de santé, etc. Bertha Harris semble avoir été ce qu'on appelle une médium naturelle, c'est-à-dire quelqu'un qui a toujours été consciente d'une présence invisible. Dans un récit de sa vie psychique qui est paru il y a quelques temps, on apprend qu'elle parlait souvent comme une enfant qui voit des fées.

Ses parents la considéraient comme une enfant imaginative et, bien qu'elle "voyait", cela ne l'empêcha pas parfois d'avoir des ennuis. À l'âge de 7 ans, un jour, elle déclara qu'elle avait vu son oncle, censé être en Afrique du Sud, à bord d'un navire ; qu'il avait une jolie poupée dans ses bras, qui a ensuite été jetée dans la mer. Peu de temps après l'oncle arriva en Angleterre inopinément, il expliqua alors qu'au moment de la vision de sa nièce, son épouse avait donné naissance à un enfant qui mourut et fut inhumé en mer. L'incident suivant est amusant. Elle jouait aux échecs avec son père elle gagnait souvent. Quand on lui demandait comment elle faisait, elle répondait : "Oh, je vois une grosse main avec des doigts qui me montrent où aller." Ce fut seulement après le décès d'un frère, qu'elle avait vu après sa mort, qu'elle commença à connecter ses visions avec l'idée de vie après la mort et qu'elle se décida à utiliser ses facultés pour le prouver aux autres. Les années suivantes, elle continua à développer sa médiumnité. Elle épousa Robert Harris qui avait développé aussi des capacités médiumniques. En 1923, elle accepta l'invitation d'Ernest W. Oaten à Manchester et fit ainsi son premier voyage hors de Chester pour démontrer sa médiumnité. W. Oaten la présenta également à Sir Arthur Conan Doyle. Un certain nombre de personnalités recherchèrent ses conseils pendant la guerre, notamment Charles de Gaulle, le roi Georges de Grèce et Winston Churchill.

Maurice Barbanell

Né le 3 mai 1902, décédé le 19 juillet 1981. Il est né à Londres dans un quartier juif. Sa mère était très croyante et son père athée, et il y avait beaucoup de disputes au sujet de la religion. Maurice écoutait beaucoup son père et ne croyait plus en Dieu. A l'âge de 9-12 ans, il devint agnostique mais garda un esprit ouvert. A l'adolescence, Madame Blaustein l'invita chez elle pour une séance. Il n'était pas impressionné et finit par s'endormir ! Au réveil, il s'excusa de son impolitesse. Les personnes présentes lui dirent alors qu'il ne s'était pas endormi mais était tombé en transe et qu'un Amérindien avait parlé à travers lui ! Cette relation grandit avec les années. Elle dura 61 ans ! Le monde doit beaucoup à Maurice Barbanell, à sa plume puissante, à son courage et à son intelligence, mais aussi à sa superbe médiumnité qui nous a apporté les enseignements d'une âme qui prit l'apparence d'un humble Amérindien appelé "Silver Birch" afin d'être facilement acceptée par tous. Il est le fondateur du journal Psychiques News avec le journaliste Hannen Swaffer (1er novembre 1879 – 16 janvier 1962). Maurice Barbanell fut un des premiers à avoir communiqué et promu l'existence d'une vie après la mort à un moment où la médiumnité n'était pas prise au sérieux. La beauté de la langue du Guide de cet Esprit est inégalée, et sa sagesse a aidé des millions de personnes à vivre leur vie dans le bonheur. Les enseignements de "Silver Birch" nous expliquent pourquoi nous sommes incarnés, nous rappellent le sens de notre existence et également nous révèlent les lois naturelles universelles par lesquelles nous sommes.

Qu’est-ce qu’il n’y a pas selon "Silver Birch" ?

- Il n’y a pas plusieurs mondes mais une vie.
- Il n’y a pas différentes sphères dans le Monde Spirituel, mais des manifestations qui sont ensemble, donc tout est lié.
- Il n’y a pas de phase ni de marque qui terminent et qui commencent ! Tout est vibration ! Nous sommes limités par nos sens physiques et beaucoup est perdu parce que nous sommes inconscients d'énormément de choses. Il y a encore beaucoup à découvrir dans ce domaine !

Jack Webber

Né en 1907, décédé le 9 mars 1940. Il était un médium spiritualiste gallois. Il a travaillé comme mineur au Pays de Galles et fut initié au spiritualisme par sa femme. Par la suite, il a développé des facultés de guérison. Sa médiumnité a continué à se développer jusqu'à un stade où des voix sortaient non seulement des trompettes, mais indépendamment d'elles. Il y avait aussi des matérialisations. Jack Webber a démontré ses capacités médiumniques dans des cercles privés et lors de démonstrations publiques auxquelles assistaient jusqu'à 500 personnes. Peu de temps avant sa mort, il donnait jusqu'à 200 démonstrations par an. Lors de ses démonstrations, il refusait l'utilisation du "cabinet noir" car il était conscient de la possibilité d'être alors accusé de fraude.

Maurice Barbanell est une des personnes qui a témoigné de ce qu'il avait vu pendant une séance avec Jack Webber. Il a décrit comment le médium était fixé à une chaise et qu'en 14 secondes sa veste avait été enlevée et remplacée. Les étapes de cet événement ont aussi été photographiées. Il a conclu que même si ce n'était pas une vraie preuve de survie, cela démontrait néanmoins clairement que la présence de l'Autre Monde était bien réelle. Linda Williamson a rapporté comment la voix s'était adressée dans sa propre langue à une personne présente, et que les trompettes se déplaçaient encore lorsque le Guide a demandé que la zone soit éclairée. Elle a enregistré également comment le très sceptique journaliste Cassandra fut témoin de la médiumnité de Jack Webber. Une autre personne qui assistait à une démonstration, a témoigné qu'il était extraordinaire. "Vous ne pouvez pas avoir peur et vous ne pouvez pas avoir de doute à ce sujet" a écrit Bernard Gray. Un journaliste a présenté un affidavit concernant une séance avec Jack Webber et d'autres témoins, parmi lesquels un policier, un ingénieur et le guérisseur Harry Edwards. À cet égard, B. Gray a écrit comment il avait vu la matérialisation d'une trompette. Colin Evans a assisté à une séance en 1939 comme "enquêteur sceptique", il a rapporté comment il avait vu des trompettes s'élever et se déplacer autour du local. Il y avait aussi la lévitation d'autres objets, puis la matérialisation d'une enfant morte.

Colin Evans a enregistré comment, par la voix directe, deux amis morts se sont adressés à lui, et d'autres personnes présentes ont également reçu des voix qu'ils ont acceptées comme une bonne preuve personnelle. Voix et accents étaient bien différenciés. Les séances avec Jack Webber étaient très mouvementées, par exemple les trompettes se déplaçaient à une vitesse remarquable. On a également noté que lorsque les trompettes revenaient vers Jack Webber, ce qui se produisait avec une force énorme, il ne portait aucun signe de la moindre blessure ni de marque sur lui. Les séances comprenaient également des apports. Au cours d'un rassemblement à Londres en novembre 1938, Paddy, un des Guides de Jack Webber, a annoncé qu'il souhaitait produire un apport. Il a choisi un oiseau en laiton situé dans une autre pièce et, comme dans bien d'autres occasions, un autre des Guides de Jack Webber a alors conseillé de faire des photographies, après quoi il y eut le bruit d'un objet tombant au sol, et une fois que la lumière fut rétablie, l'oiseau en laiton se trouvait dans la salle. Les photographies développées ont montré que l'oiseau n'avait pas seulement été transporté d'une pièce à l'autre, mais qu'il avait transité par le corps du médium assisté par l'ectoplasme qui était nécessaire pour terminer le processus.

Chico Xavier

Né le 2 avril 1910 à Pedro Leopoldo (Brésil), décédé à Uberaba le 30 juin 2002. Francisco Cándido Xavier est issu d'une famille de neuf enfants. Ses parents sont tous deux analphabètes, son père est vendeur de billets de loterie et sa mère, blanchisseuse. Après avoir perdu sa mère à l'âge de cinq ans, il commence à entendre des voix. A douze ans, il rédige en classe une rédaction remarquable et explique à sa maîtresse que ce texte lui a été dicté par un Esprit. À la suite de la guérison de l'une de ses sœurs, Chico adhère au spiritisme. Il étudie la doctrine spirite, fonde le centre spirite "Luiz Gonzaga" le 21 juin 1927 et développe ses capacités de médium. Ses principaux Guides étaient Emmanuel, son Guide spirituel, et le Dr. André Luiz, un illustre médecin, qui lui "soufflait les diagnostics". Le Dr. Luiz lui a dicté une douzaine de livres scientifiques, notamment sur la glande pinéale. La véracité des informations dictées fut confirmée par la recherche médicale 60 ans plus tard ! Certains résultats furent même publiés dans la revue scientifique Neuroendocrinology Letters en 2013 ! En 1931 il publie son premier livre. Au cours de sa vie, il en écrira plus de 450 qui sera traduits dans 33 langues, et qu'il dira lui avoir été dictés par des Esprits. Le plus vendu (plus de 1.3 million d'exemplaires), dicté en 1944 par le Dr. Luiz, est Nosso Lar, La Vie dans le Monde Spirituel. À partir de 1957, Chico Xavier s’installe à Uberaba.

Devant la porte de sa maison, des centaines de personnes attendaient des nouvelles de leurs proches défunts et chaque jour, il recevait en écriture automatique entre 100 et 2'000 messages, de défunts, dont la véracité a pu être vérifiée ! Le journal O Globo de Rio dépêche l'un de ses rédacteurs pour assister aux réunions du groupe spirite du centre Luiz Gonzaga. Il s'ensuit une série de reportages qui popularisent le spiritisme au Brésil. Toute sa vie, il vivra de son maigre salaire d'employé du ministère de l'agriculture, refusant toute rétribution pour ses lettres "psychographiées", l'argent sur la vente des livres étant intégralement reversé à des œuvres caritatives. Sa vie sera exemplaire et jusqu'à sa mort il mènera celle d'un homme pauvre, honnête, désintéressé, profondément altruiste et humble. Ses enseignements seront diffusés jusque dans des émissions TV rassemblant parfois plus de 20 millions de téléspectateurs ! Pour les Brésiliens il est le plus grand homme de tous les temps. Comme disait Chico Xavier : "Le spiritisme a apporté de nombreuses preuves de la vie après la mort. Tout a été dit. L'heure est maintenant de faire, et d'avancer en tenant compte de l'existence d'autres mondes".

Leslie Flint

Né à Londres en 1911, décédé en 1994. Leslie Flint était un médium britannique considéré comme l'un des derniers médiums à utiliser la voix directe. Il a été décrit comme le médium psychique le plus renommé du XXe siècle. Dans sa jeunesse, il avait travaillé dans un cinéma et était aussi jardinier dans un cimetière. Il était objecteur de conscience. Il était un grand fan de Rudolph Valentino et acquit la seule copie connue des séquences de The Young Rajah. Il était riche et vécut dans une maison de maître à Westbourne Terrace près de la gare de Paddington à Londres. Le manoir avait été autrefois occupé par l'acteur George Arliss. Il a déclaré que son Guide, "Mickey", était l'Esprit d'un enfant qui avait été tué en 1910. Il a expliqué avoir vu son Esprit la première fois à l'âge de 7 ans lorsque son oncle, décédé, lui apparut dans sa maison. Il a mené sa première séance à l'âge de 17 ans. La première séance publique fut en 1955, juste après qu'il ait formé une association dénommée le Temple de la Lumière. Lors des séances, les participants disaient entendre la voix des morts qui les entouraient dans la salle. Pendant ses séances, il était ligoté et bâillonné pour prouver qu'il ne lançait pas sa voix. Il affirmait qu'il était capable de produire de l'ectoplasme à partir duquel il pouvait ensuite reconstruire des cordes vocales. Les enregistrements des séances de Leslie Flint sont stockés à l'Université du Manitoba. La collection contient environ 2'000 enregistrements sonores et 300 livres.

Gordon Higginson

Né le 17 novembre 1918 à Longton, décédé le 18 janvier 1993. Gordon Higginson était l'un des meilleurs médiums du siècle dernier. Ses dons de médiumnité étaient de grande envergure et composés de médiumnité mentale, de transe, de médiumnité physique et la guérison. Il était aussi un homme de grand charisme. Dès son jeune âge, il a appris à développer sa médiumnité avec sa mère, Fanny Higginson, qui était aussi un grand médium. Elle l'enfermait sous les escaliers de la maison, dans le noir, pour l'entraîner au ressenti. Pour son 11ème anniversaire, il donna sa première démonstration publique. Il a continué jusqu'à son décès en janvier 1993. Un incroyable "62 ans de service" aux églises spiritualistes. Il avait également la particularité d'avoir été le plus ancien président de l'Union Nationale des Spiritualistes durant plus de 23 ans (1970-1993). Il a consacré l'essentiel de sa vie au spiritualisme. Il fut un ministre de la SNU ainsi qu'un enseignant de médiumnité et également Directeur du Collège Arthur Findlay à Stansted Hall.

John Cain

Un guérisseur inhabituel

Né en 1931, Eastham, Wirral, GB, décédé le 28 septembre 1985, quelques jours seulement après que l'éditeur Peter Bander l'ait approché pour discuter d'une deuxième édition du livre Heal, My Son ! (Guéris, mon fils !). John Cain fut l'un des plus célèbres guérisseurs britanniques dont les talents ont été largement reconnus. Très jeune déjà, à l'école primaire, il s'est rendu compte qu'il pouvait guérir sa mère qui souffrait de migraines. Il tenait sa tête dans ses mains pour la soulager. Il n'avait pas besoin d'être avec ses patients. Il leur demandait simplement de lui envoyer une photo et de s'asseoir à une certaine heure. Bon nombre d'entre eux ont été guéris de cette manière. John connaissait un tel succès en tant que guérisseur qu'il avait dû trouver une idée pour soigner plusieurs personnes en même temps et avait donc développé la méthode suivante : il enseignait aux proches des patients comment mettre en état de transe le patient afin que le Monde Spirituel puisse faire le travail sur eux. Par exemple, un mari avait un souci de santé, John enseignait alors à l'épouse comment mettre le mari malade en état de transe. Pourquoi cette façon de faire n'est pas souhaitable ? Pour deux principales raisons : On fait porter la responsabilité de la guérison à un proche du patient ! Imaginez le fardeau à porter en cas d'échec… Mettre le patient en transe ne veut pas dire que le Monde Spirituel est "automatiquement connecté" !

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE

Sautez ce chapitre si vous pensez qu'il ne vous intéressera pas.

Pourquoi ce chapitre ?

De plus en plus de Spirituel-guérisseurs travaillent en étroite collaboration avec les autres acteurs de la santé. Pour pouvoir discuter avec des médecins, des psys, on devrait acquérir un minimum de connaissances et de crédibilité en matière d'anatomie et de physiologie. Je pense qu'un jour il y aura aussi un médium-guérisseur avec le personnel médical dans les salles d'opération ! Voilà pourquoi une connaissance de base dans ce domaine est, à mon avis, nécessaire !

Qu'est-ce que l'anatomie ?

L'anatomie est la science qui a pour objet l'étude des parties qui composent les organismes vivants dans leurs forme, dimensions, structure, etc.

Qu'est-ce que la physiologie ?

C'est la science qui étudie les fonctions et les propriétés des organismes vivants.

Quelle est la structure et l'organisation du corps ?

Le corps est formé de substances chimiques provenant d'eau et de la digestion des aliments. Le corps est composé d'environ 75% d'eau, et le cerveau en contient environ 85 %.

- Des produits chimiques se combinent pour former des cellules, la structure de base de tous les tissus.
- Les cellules se combinent pour former des tissus (os, sang).
- Les tissus se combinent pour former des organes (cœur).
- Les organes se combinent pour former des systèmes (circulatoire, squelette, muscles).
- Les systèmes se combinent pour former des organismes (être humain).

Qu'est-ce que les cellules ?

La cellule est considérée comme l'unité de base de chaque organe et tissu. Il y a des millions de cellules, avec une grande différence de formes, de tailles, de fonction, de durée de vie (environ 13 jours pour les cellules du sang, 300 jours pour celles du foie).

Quelles sont les fonctions des cellules ?

Les cellules ont les mêmes fonctions qu'un organisme complet :

- Support et protection de la structure et d'autres structures autour d'elles.
- Stockage des nutriments, des hormones, des enzymes.
- Nourriture d'elles-mêmes et de l'organisme dans son ensemble.
- Mouvement d'elles-mêmes, assistent les mouvements de l'organisme.
- Communication, réagir aux informations de l'environnement interne et externe.
- Excrétion, pour éliminer les déchets produits qui seraient sinon du poison pour l'organisme.
- Reproduction, pour se reproduire elles-mêmes en se divisant en deux, produisant des cellules-filles.

Quels sont les 4 types de tissus dans le corps?

- Épithélium (peau), revêtement qui se trouve sur toutes les surfaces qui jouxtent le milieu externe ou des cavités de l'organisme.
- Conjonctif, désigne une large gamme de tissus. On trouve dans cet ensemble le sang, le squelette. Il a, en général, un rôle de soutien.
- Musculaire, qui fournit le mouvement, maintient la posture et génère de la chaleur.
- Nerveux, qui initie et transmet des impulsions électriques qui aident à contrôler les activités de l'organisme.

Quelles sont les cavités où se trouvent les organes ?

- La cavité dorsale (arrière), délimitée par le crâne et la colonne vertébrale, contenant le cerveau, la moelle épinière et les racines nerveuses.
- La cavité ventrale (avant) qui se divise en 3 zones :
- Thoracique (poitrine) : comprend les poumons, le cœur et les principaux vaisseaux sanguins, la trachée, les bronches, l'œsophage et le diaphragme qui la sépare de la cavité abdominale.
- Abdominale, inclut l'estomac, l'intestin grêle, la plus grande partie du gros intestin, le foie, la vésicule biliaire, le pancréas, la rate et à l'arrière, de chaque côté de la colonne vertébrale, les reins.
- Pelvis, qui comprend les organes reproducteurs, une partie du gros intestin et la vessie.

Comment sont regroupés les organes ?

Le système tégumentaire qui comprend la peau et les phanères (poils, cheveux, ongles), contribue à produire la Vitamine D.

La peau est le plus grand organe du corps et est composée de deux couches principales :

- Épiderme, la partie superficielle, la plus mince.
- Derme, la partie interne, la plus épaisse.

Et de l'Hypoderme, une couche plus profonde, qui n'est classiquement pas assimilée à une couche de peau.

Quelles sont les principales fonctions de la peau ?

Fonction protectrice, l'une des principales fonctions de la peau est de protéger l'organisme des agressions extérieures. Elle forme une cuirasse contre les traumatismes directs (chocs, frottements) et contre l'action des agents chimiques. De plus, la peau empêche les tissus profonds d'être en contact avec une atmosphère ambiante qui les dessècherait très rapidement.

Fonction de régulation, grâce à un réseau complexe de petits vaisseaux, la peau aide à réguler la température du corps.

Ces vaisseaux se dilatent pour permettre d'augmenter les déperditions de chaleur, ou se contractent lorsqu'il fait froid, pour limiter les pertes de chaleur. Grâce à l'évaporation, la sueur contribue aussi à éliminer la chaleur excédentaire de l'organisme.

Fonction sécrétoire, la peau à une fonction sécrétoire et produit la sueur ; elle élimine certains déchets.

Fonction sensorielle, répond aux stimuli (toucher, pression, température, douleur).

Fonction psychologique, la peau joue un rôle psychologique car elle révèle nos émotions (rougissement des timides par exemple) et notre santé (dermatoses dues au stress notamment).

Les ongles sont essentiellement constitués de kératine. Ils contiennent aussi de petites quantités d'eau, d'acides gras, de calcium et de fer.

Les cheveux, on les trouve sur toute la surface du corps, sauf sur la paume des mains, la plante des pieds. La couleur et la texture des cheveux dépendent de la forme du follicule et de l'héritage génétique.

Système du squelette

Il est composé de 206 os. Le rôle du squelette est double. Il constitue à la fois la charpente du corps sur laquelle les muscles et autres structures pourront se fixer. Il assure également une fonction de protection pour certains organes comme ceux situés dans la cage thoracique (cœur, poumons…), ou le cerveau protégé par les os du crâne. Il permet le mouvement du corps. Avec l'oreille interne et une partie du cerveau il sert à tenir notre position (équilibre).

Il est composé de 2 parties :

- Axial : crâne, colonne vertébrale, côtes et sternum.
- Appendiculaire : épaules, membres supérieurs, bassin et membres inférieurs.

Os, Ils contiennent la moelle en leur centre qui fabrique les cellules sanguines. Ils emmagasinent l'énergie (sous forme de graisses), des minéraux tels que le calcium et le phosphore.

Ils sont classés en 5 types :

- Os longs : avec 2 extrémités distinctes (tibias).
- Os courts : sont à peu près en forme de cube, donnent de la force (poignet, cheville).

- Os plats ont une structure de protection (sternum, crâne).
- Os irréguliers ont des formes complexes (colonne vertébrale).
- Os sésamoïdes : ont des formes de tendons pour les protéger du frottement (rotule).

Articulations,

endroit où deux os se rencontrent. Le squelette comprend plusieurs types d'articulations :

- Fibreuses (immobiles), telles que les os entre le crâne, les dents et leurs supports.
- Cartilagineuses (légèrement mobiles), telles qu'entre deux os de la colonne vertébrale ou le devant du bassin.
- Synoviales (librement mobiles), sont les plus courantes et ont une capsule joignant les extrémités osseuses remplie de liquide pour lubrifier et empêcher le frottement (doigts, hanches, genoux).
- Charnières, mouvements dans 2 directions seulement, plier et redresser (coude, doigts).
- Sphéroïdes, se déplacent dans de nombreuses directions. Les surfaces articulaires sont en segments de sphère. Ces articulations permettent des mouvements dans les 3 axes de l'espace (articulation scapulo-humérale, articulation coxo-fémorale).
- Pivot, un os se déplace autour d'un autre (rotation du cou).
- Arthrodie, permet à un os de glisser sur un autre (poignets et chevilles).

Les os sont maintenus en position au niveau des jointures par des ligaments fibreux. Ils se relâchent légèrement pour permettre le mouvement.

Système musculaire

Les cellules musculaires (fibres) ont le pouvoir de se contracter et de se détendre. L'activité des muscles squelettiques produit le mouvement, maintient la posture et génère de la chaleur. La contraction des muscles permet d'accomplir les mouvements permettant, par exemple, de s'asseoir, de marcher ou de saisir un objet. Le corps humain comprend plus de 600 muscles. Même les modifications infimes de l'expression du visage font appel à un ajustement délicat des muscles faciaux. Chaque mouvement musculaire est une traction. Il y a 3 types de muscles : Volontaires (squelettiques ou striés), appelés tendons, ils sont attachés à nos os et permettent nos mouvements. Ils permettent le mouvement des différents segments de notre corps, et ce, sous notre volonté. Les muscles striés sont constitués par une multitude de petites fibres. Ils sont sous notre contrôle conscient et fonctionnent généralement par paires. Plusieurs paires travaillent ensemble pour accomplir des tâches complexes. (Il faut plus de 20 muscles pour sourire et bien plus pour froncer les sourcils !)

- Involontaires (lisses, non striés), ils se trouvent dans les organes et glandes (estomac, peau), ils sont contrôlés par le système nerveux.
- Cardiaques, composés de tissus spéciaux qu'on trouve seulement dans le cœur. Ils peuvent fonctionner rythmiquement en autonomie et peuvent battre de façon indépendante.

Système nerveux

Activité de contrôles par influx nerveux. Recevoir des informations de l'environnement interne et externe, interpréter et réagir en déclenchant l'action musculaire. Ce système complexe comprend plus de 100 milliards d'unités nerveuses (neurones). Il transporte des messages par impulsions électriques sautant des petits espaces (synapses) d'une cellule à l'autre. Il est divisé en deux parties : Le système nerveux central est constitué du cerveau et de la moelle épinière (respectivement protégés par le crâne et la colonne vertébrale). Le cerveau contient des cellules nerveuses (neurones), qui contrôlent la pensée (conscience, émotions, mouvements et les fonctions vitales comme la respiration et le rythme cardiaque). La moelle épinière est un épais faisceau de fibres nerveuses capables de réflexes (le retrait spontané d'une main d'un plat trop chaud).

Le système nerveux périphérique est composé de 12 paires de nerfs crâniens (découlant du cerveau) et de 31 paires de nerfs rachidiens (nerfs spinaux) qui quittent la colonne vertébrale entre les vertèbres dans un réseau de nerfs vers toutes les parties du corps.

Ils se subdivisent dans :

Le système nerveux somatique (volontaire), il reçoit des informations de la peau, de la tête et des extrémités contrôlant les mouvements du squelette. Il est constitué de fibres efférentes qui sont responsables de la contraction musculaire, et de fibres afférentes recevant des informations venant de l'extérieur. Le système nerveux autonome (involontaire), aussi appelé système nerveux neuro-végétatif ou système nerveux viscéral, il est la partie du système nerveux responsable des fonctions automatiques non soumises au contrôle volontaire. Il ne s'arrête pas quand on dort. Il se subdivise en 2 systèmes : Système nerveux sympathique, il contrôle un grand nombre d'activités inconscientes de l'organisme telles que le rythme cardiaque. Système nerveux parasympathique, il contrôle la fréquence cardiaque (cardio-modérateur), l'augmentation des sécrétions digestives et de la mobilité du tractus gastro-intestinal. Chaque partie du système contient des neurones récepteurs (ou sensoriels). Ce sont les nerfs qui transmettent l’information au cerveau. Ils constituent la voie finale de tout acte moteur.

Le système sensoriel

Le système sensoriel représente une partie du système nerveux responsable des sensations : vue, odorat, goût, ouïe et toucher.

La vue,

Les yeux sont responsables de la vue. Ils sont protégés par le crâne à l'arrière et à l'avant par les paupières (plis de la peau), les cils et les larmes. Pour voir, la lumière pénètre par le couvercle transparent de l'œil (cornée) et de la pupille "trou" dans l'iris (la partie colorée de l'œil) et est projetée à l'intérieur de l'œil sur la rétine (membrane de l'œil) par le cristallin. Après, plus de 125 millions de nerfs ou cellules répondent à des stimuli de la lumière et de la couleur et transmettent des impulsions au cerveau où "l'image" est interprétée. Une forte lumière provoque la contraction de l'iris et réduit la taille de la pupille pour protéger l'œil. Dans la pénombre, la pupille grandit.

Les larmes sécrétées par les glandes sous la paupière supérieure de l'œil protègent de la poussière et des infections (baignade). L'ouïe, elle permet l'audition. L'oreille comporte 3 parties :

L'oreille externe, c'est l'oreille que l'on voit (pavillon) et le tube vers le tympan qui agit comme un entonnoir pour les ondes sonores. L'oreille moyenne, elle comprend le tympan ainsi que les osselets, la "chaîne ossiculaire", 3 très petits os qui s'appellent, de l'extérieur vers l'intérieur le marteau, l'enclume et l'étrier. Les sons sont le résultat de vibrations de l'air dans le conduit auditif qui ont pour effet de faire vibrer le tympan. Ces vibrations sont ensuite transmises le long de la chaîne ossiculaire, puis à l'oreille interne via la fenêtre ovale. Puisque l'oreille moyenne est creuse, un environnement de haute pression (comme l'eau) risquerait de crever le tympan. Pour pallier ce risque il y a les trompes d'Eustache. Descendantes évolutionnaires des ouïes respiratoires des poissons, ces trompes relient l'oreille moyenne aux fosses nasales afin d'assurer une pression de part et d'autre du tympan. L'oreille interne, elle a 2 fonctions, l'audition et l'équilibre. Le goût, la langue est l'organe du goût, elle permet de reconnaitre 4 goûts : amer, salé, aigre et sucré. La langue est également sensible au toucher et à la température. L'odorat, le nez à une double fonction, il est une partie de l'appareil respiratoire et l'organe de l'odorat. Les produits chimiques sous forme de particules dans l'air se dissolvent dans le mucus (revêtement de la muqueuse du nez stimulant les cellules dans le nez) qui transmettent les impulsions au cerveau et sont interprétées comme des odeurs. Le toucher, la peau contient une variété de récepteurs pour des sensations spécifiques du toucher, pression et température. Ils sont répartis tout au long de la peau à différentes concentrations dans différents domaines. Une stimulation excessive des récepteurs sera interprétée comme une douleur.

Le système respiratoire

Il comprend les poumons qui fournissent l'oxygène aux tissus et excrète le dioxyde de carbone. Il produit des sons vocaux. Il comprend les passages d'air du nez, du pharynx (gorge), larynx (boîte vocale), trachée qui bifurque dans deux bronches, deux poumons contenant les bronchioles qui sont les conduits d'air intermédiaires des poumons. Le poumon est un organe d'échange des gaz vitaux : l'oxygène et le dioxyde de carbone. L'oxygène est nécessaire au métabolisme de l'organisme et le dioxyde de carbone doit être évacué. La vascularisation pulmonaire artérielle est double : le système pulmonaire et bronchique. Les artères pulmonaires apportent le sang veineux du ventricule droit pour l'oxygénation, leur parcours suivant les bronches. Les artères bronchiques proviennent de l'aorte ou des artères intercostales et apportent le sang oxygéné à la paroi bronchique au niveau des bronchioles. Le cycle de la respiration est en trois phases : inspiration, expiration et pause. Au cours de la respiration, les poumons et les passages ne sont jamais vides d'air. Mécanisme : Les poumons se gonflent et se dégonflent en réponse aux actions du diaphragme et de la plèvre. Le diaphragme est le grand muscle en forme de dôme sous les poumons. La plèvre est la membrane qui entoure les poumons. Cet échange gazeux se fait dans les alvéoles. L'oxygène provenant de l'air inspiré est transféré au sang, et le gaz carbonique est transféré à l'air par les poumons.

Le système circulatoire

Il comprend le cœur, les vaisseaux sanguins et le sang. Il transporte les substances nutritives aux cellules et les déchets. Il protège contre l'infection et les hémorragies, aide à réguler la température corporelle. Lorsque le cœur se contracte, le sang est propulsé à travers la valve aortique dans l'aorte, qui est le plus gros vaisseau de l'organisme, et distribué dans le corps par l'intermédiaire d'un réseau d'artères. Les vaisseaux sanguins sont de petits tubes chargés du transport du sang dans tout le corps, ils sont de 3 types

- Les artères, sont plus épaisses et élastiques. Quand le sang rempli de déchets sort des capillaires, il remonte vers le cœur et les poumons par les veines. Ces dernières possèdent des valvules (petites valves) qui empêchent le sang de redescendre aux extrémités du corps.
- Les veines, ce sont des vaisseaux chargés de transporter le sang pauvre en oxygène et les déchets du métabolisme vers le cœur.
- Les capillaires, ils sont microscopiques. Ils relient les artères et les veines aux tissus de l'organisme et sont le siège de l'échange entre l'oxygène et le dioxyde de carbone. Le cœur envoie un nouveau volume de sang dans les artères environ 70 fois par minute.

- C'est ce qui provoque les pulsations que vous pouvez sentir avec le bout des doigts au niveau des artères du cou et du poignet. Le sang apporte de l'oxygène et transporte des nutriments, des déchets et des messages hormonaux à chacune des soixante milliards de cellules de l'organisme.

Le sang est constitué de 4 principaux éléments :

- Le plasma, c'est un liquide collant (90 % d'eau) qui transporte nutriments, substance gazeuses et déchets du corps.
- Les globules rouges qui transportent 99 % des besoins en oxygène de l'organisme. Ce sont les cellules les plus abondantes de l'organisme, constituant environ 45 % du sang. Les globules rouges servent aussi au stockage du fer.
- Les globules blancs (leucocytes), ils font partie du système immunitaire. Ils jouent un rôle essentiel dans la lutte contre les infections, se défendent contre l'invasion des micro-organismes et autres protéines étrangères, comme celles qui causent des allergies.
- Les plaquettes (thrombocytes), elles, sont surtout connues pour leur rôle dans la coagulation du sang, et s'activent en cas de lésion vasculaire afin de stopper une hémorragie. Lorsqu'un vaisseau sanguin est coupé, les plaquettes affluent vers la lésion. Les plaquettes obstruent la coupure et créent un bouchon.

- Si la coupure est trop grande pour être obstruée par les plaquettes, elles envoient des signaux permettant d'initier la coagulation en libérant une hormone, la sérotonine. La sérotonine stimule la contraction des vaisseaux sanguins afin de réduire le flux du sang.

Le système lymphatique

Il est composé des ganglions, des vaisseaux lymphatiques et des organes comme la rate, le thymus et les amygdales qui contiennent des tissus lymphatiques. Il joue un rôle majeur dans la lutte contre les infections et transporte les graisses de l'appareil digestif à la circulation.

Le système lymphatique associe deux notions :

- D'une part, un réseau à sens unique de vaisseaux lymphatiques, dont les vaisseaux naissent dans les différents tissus du corps pour rejoindre les ganglions, qui permettent la circulation et le nettoyage de la lymphe et dans une certaine mesure la clairance de particules insolubles.
- D'autre part, tous les organes où se trouvent de grandes quantités de globules blancs, les ganglions lymphatiques, des tissus lymphoïdes associés aux muqueuses, de la moelle osseuse. Ces tissus font partie du tissu lymphoïde à l'exception de la moelle osseuse.

Son rôle est multiple :

Il draine les excès de liquides se trouvant au niveau des tissus et participe à la détoxication des organes et du corps.

Il contribue à la circulation des nutriments (mais moins que le sang). Il permet la circulation dans tout le corps et hors des vaisseaux sanguins des globules blancs, dans le processus d'activation de la réponse immunitaire spécifique. C'est un élément essentiel du système immunitaire et des processus cicatriciels.

- Il contribue à la circulation des hormones. La lymphe, liquide interstitiel circulant dans les vaisseaux lymphatiques, se charge d'une partie des déchets de l'activité cellulaire via les tissus intercellulaires.
- La lymphe est épurée par le passage dans les ganglions.
- Il transporte une grande partie des graisses provenant de l'alimentation vers la circulation.

À la différence du réseau sanguin, le système lymphatique ne comporte pas d'organe unique jouant le rôle de pompe (cœur). La circulation résulte de la combinaison des mouvements du corps (respiration notamment), des contractions des muscles et des fibres lisses des parois des vaisseaux lymphatiques, et le fait que les plus gros vaisseaux possèdent des valvules pour empêcher le reflux. Si les mouvements du corps ou l'activité physique s'intensifient, la lymphe circulera plus rapidement. Il circule approximativement 100 ml de lymphe par heure dans le conduit thoracique d'un homme au repos alors que durant un exercice, ce flux peut être 10 à 30 fois plus élevé.

Au contraire, l'immobilité prolongée freine le drainage de la lymphe. Le liquide lymphatique est très similaire au plasma. Il est transporté à travers un réseau de vaisseaux unidirectionnels. À divers endroits le long de ces vaisseaux, il y a des gonflements (nœuds) qui filtrent la lymphe et détruisent les matières nuisibles (bactéries).

Le système endocrinien

Les glandes endocrines sécrètent des hormones (messagers chimiques) qui règlent les activités du corps dans les organes cibles. Système de régulation de l'organisme il fonctionne en synergie avec le système neurologique.

Il y a 8 glandes endocrines :

- L'hypothalamus, qui se trouve dans le cerveau, il est responsable de plusieurs processus métaboliques et d'autres activités du système nerveux autonome.
- Il intervient sur les fonctions endocrines (fabriquer des hormones qui se déversent dans le sang), contrôle une large gamme de fonctions : la reproduction, la thermorégulation, le contrôle du rythme circadien (rythme veille-sommeil) ou encore la faim.
- L'hypophyse ou glande pituitaire, elle est la plus importante de toutes les glandes endocrines. Elle se situe au centre du crâne, à la base du cerveau, rattachée à l'hypothalamus. Elle produit une série d'hormones qui vont réguler le fonctionnement des autres glandes endocrines, réguler la rétention d'eau au niveau des reins, déclencher les contractions utérines au moment de l'accouchement, stimuler la production de lait pour le nourrisson, contrôler la croissance (en régulant l'absorption des nutriments au niveau cellulaire) et par la même occasion réguler la glycémie (en association avec l'insuline).

- La thyroïde, située au niveau du cou, mesure 6 cm de hauteur sur 6 à 8 cm de largeur. Elle se situe en avant de la trachée (face antérieure du cou). Il est possible de la palper. Elle affecte le taux de calcium. Cette glande endocrine, qui est placée sous le contrôle de l'hypophyse, intervient sur la vitesse de croissance, sur le métabolisme de toutes les cellules de l'organisme.
- Les parathyroïdes se trouvent à l'arrière de la thyroïde. Elles sont beaucoup plus petites que celle-ci et contrôlent les niveaux de calcium dans le sang.
- Le thymus est situé derrière le sternum, il a un effet sur le système immunitaire.
- Le pancréas qui produit l'insuline et d'autres hormones, contrôle le taux de sucre dans le sang.
- Les surrénales sont principalement responsables de la gestion des situations de stress. Une glande surrénale est située juste au-dessus de chacun des deux reins. Elles synthétisent et relâchent de nombreuses hormones dans la circulation sanguine.
- Parmi les hormones produites, on peut citer l'adrénaline qui accélère le rythme cardiaque en cas de besoin. Via les hormones produites, les glandes surrénales sont donc impliquées dans de très nombreuses fonctions de l'organisme.
- Les ovaires/testicules qui produisent les ovules/le sperme pour la reproduction.

Le système digestif

Il est formé d'un muscle continu qui commence avec la bouche pour finir avec l'anus. Ce système comprend la bouche, l'œsophage, l'estomac, le foie, la vésicule, le pancréas, et le petit et le gros intestin. Il est responsable de la transformation des aliments en d'autres substances utilisables par l'organisme, et du passage de ces nutriments dans la circulation sanguine de façon à ce qu'ils puissent être employés par l'organisme. Il agit de façon :

- Mécanique, par des muscles tout au long de l'intestin qui créent une action ondulante pour pousser les aliments (péristaltisme).
- Chimique, par des solutions dans les différents organes du tube digestif qui contiennent des produits chimiques pour liquéfier les protéines, les graisses et l'amidon afin de former des particules nutritives assez petites pour pénétrer à travers la paroi du tube digestif, dans le système de circulation sanguine ou lymphatique.

Ses organes sont :

- La bouche : les joues, la langue, les dents qui broient les aliments, la salive qui commence à décomposer l 'amidon.
- L'Œsophage, tube musculaire reliant la bouche à l'estomac.
- L'Estomac, un sac en forme de "J", avec des sécrétions acides qui se liquéfient partiellement et décomposent tous les types d'aliments. Certains médicaments et l'alcool sont absorbés dans le sang de l'estomac.

- Le petit intestin, composé de 3 sections continues :

  Le duodénum,
  première partie de 25 cm. La bile à partir de la vésicule biliaire et des enzymes venant du pancréas sont ajoutés à la nourriture pour continuer la digestion des graisses, des féculents et des protéines. Le jéjunum, c'est la partie centrale de l'intestin grêle, il a des projections sur les murs (villosités) qui augmentent la surface et les sécrétions pour compléter la digestion ; les protéines ont été converties en aminoacides, l'amidon en sucres et les graisses en acides gras et glycérine. L'iléon se situe au niveau de la troisième et ultime partie de l'intestin grêle. Il est précédé du jéjunum et se poursuit par le cæcum qui correspond à la première partie du côlon. Il a pour fonction d'assurer l'absorption des nutriments tels que le potassium, le sodium, l'eau, les sels biliaires ou encore la vitamine B12.
- Le colon ou gros intestin,
  qui traite principalement l'absorption de l'eau et des nutriments dans la circulation sanguine.
- La première partie est le caecum, un espace élargi juste au-dessus de l'aine droite qui est l'appendice.
- Le colon continue puis s'arrondit sous la forme d'un tube en "U" inversé, se courbant vers le milieu du corps pour former le sigmoïde, le rectum et l'anus. Les bactéries, surtout dans le caecum, aident à décomposer les matières végétales indigestes et les mouvements de la paroi musculaire aident à déplacer les déchets. Les déchets solides recueillis dans le rectum, stimulent les cellules nerveuses à ouvrir les muscles anaux afin de le dégager.

Le foie,

c'est le plus gros organe chez l'homme. Le foie est situé du côté droit de la cavité abdominale, sous les côtes et le diaphragme. Hautement vascularisé, ses vaisseaux propulsent dans le foie un litre et demi de sang toutes les minutes. Il a une multitude de fonctions, les principales étant de Filtrer le sang, son rôle principal. Convertir les sucres dans une forme qui peut être stockée. Fabriquer la bile qui est stockée dans la vésicule biliaire jusqu'à son utilisation dans le duodénum. Récupérer les vieux globules rouges pour les détruire. Rendre inoffensives les substances chimiques qui se retrouvent dans le corps à chaque fois que l'on mange ou que l'on respire. Eliminer les déchets, éliminer le cholestérol. Fait aussi office de réserve d'énergie, il stocke le sucre et les vitamines, et produit également des facteurs de coagulation du sang.

La vésicule biliaire

est un organe creux, piriforme (en forme de poire) et situé au niveau de l'abdomen à proximité du foie. Elle a pour principale fonction le stockage de la bile en vue de sa restitution au cours de la digestion.

Le pancréas a deux fonctions :

Fonction exocrine, qui participe à la digestion.

Fonction endocrine, pour la fabrication de l'insuline dont le rôle est de maintenir constant le taux de sucre dans le sang.

Le système urinaire

Il filtre le sang pour produire de l'urine et éliminer les déchets liquides de l'organisme. Le système porte principalement sur le volume et la composition du sang, régule les minéraux tels que le sodium, le calcium et les déchets sous forme d'urine.

Il comprend :

- Les reins, qui sont situés de part et d'autre de la colonne vertébrale au niveau de la taille. Le sang sous pression est forcé à travers les néphrons (unités de filtration) dans les reins qui enlèvent l'eau et les déchets tels que l'urée et l'acide urique, les drogues et certains médicaments et toxines, pour former l'urine.
- Les uretères, des tubes qui transportent l'urine des reins à la vessie.
- La vessie, qui est un réservoir musculaire pour l'urine jusqu'au moment de la vider.
- L'urètre est le tube dans lequel passe l'urine pour être excrétée. Chez les hommes, il traverse la glande de la prostate et le pénis. L'urètre sert également comme passage pour l'éjaculation du sperme.

Le système reproducteur

Il comprend les organes du mâle et de la femelle nécessaires à la reproduction de l'espèce. Les mâles produisent les spermatozoïdes dans les testicules situées dans le scrotum, sac de peau entre le pénis et l'anus, qui protège les testicules et les maintient à une température stable. Des millions de spermatozoïdes sont libérés lors de l'éjaculation. Les femmes, dès l'âge de 10-14 ans jusqu'à env. 45-55 ans, produisent un ovocyte (ovule) chaque mois, libéré en alternance par chaque ovaire et qui voyage vers le bas de la trompe de Fallope jusqu'à l'utérus. Si l'œuf n'est pas fécondé, il est expulsé par l'utérus lors des périodes menstruelles. Si l'œuf est fécondé, l'ovocyte et le spermatozoïde vont s'unir pour former le zygote. Il se divise puis, env. 6 jours après la fécondation, il se rend dans la paroi de l'utérus pour former à la fois l'embryon et le placenta dont le fœtus se nourrira jusqu'à la naissance, après une période de gestation de 40 semaines. Chaque ovocyte et spermatozoïde contient chacun la moitié du matériel génétique (23 chromosomes). Quand ils se réunissent, ils forment les 23 paires de chromosomes portant l'ADN (Acide Désoxyribo Nucléique) requis pour un nouvel et unique être humain.

Les parties du corps et leur symbolisme

Attention ! Il s'agit d'une simple liste qui n'est pas exhaustive. Ne pas l'utiliser systématiquement ! Le cas échéant ce seront vos Amis Invisibles qui vous donneront les informations, cette liste sera une sorte de guide. Utilisez le pendule. Quelques fois notre corps veut communiquer avec nous. Une liste qui n'a rien de scientifique mais qui permet de… réfléchir !

- **Bouche,** l'ouverture, la disponibilité.
- **Cheveux,** la liberté, la puissance.
- **Cœur,** la capacité d'aimer, les émotions.
- **Côlon,** l'inconscient, l'avarice.
- **Cou,** l'angoisse, la peur.
- **Dents,** la vitalité, l'agressivité.
- **Dos,** la droiture.
- **Estomac,** les sentiments, la capacité d'accueil.
- **Foie,** l'appréciation, la vision du monde, la religion.
- **Gencives,** la confiance.
- **Genoux,** le dévouement.

- **Intestin grêle,** l'assimilation, l'élaboration, l'analyse.
- **Mains,** le savoir-faire, l'adresse, l'appréhension.
- **Muscles**, **membres,** la flexibilité, l'activité.
- **Nez,** la puissance, l'orgueil, la sexualité.
- **Ongles,** l'agressivité.
- **Oreilles,** l'obéissance.
- **Os,** la solidité, la norme (respect de la).
- **Peau,** la frontière, les normes, la douceur.
- **Pieds,** compréhension, constance, humilité, endurance, enracinement.
- **Poumons,** la communication, la liberté.
- **Reins,** accepter l'autre, la capacité à vivre en couple, le coté social.
- **Sang,** la force de vie, la vitalité.
- **Vagin,** le dévouement.
- **Vésicule** (la bile), l'agressivité.
- **Vessie,** se débarrasser d'une tension, le lâcher-prise.
- **Yeux**, la vue.

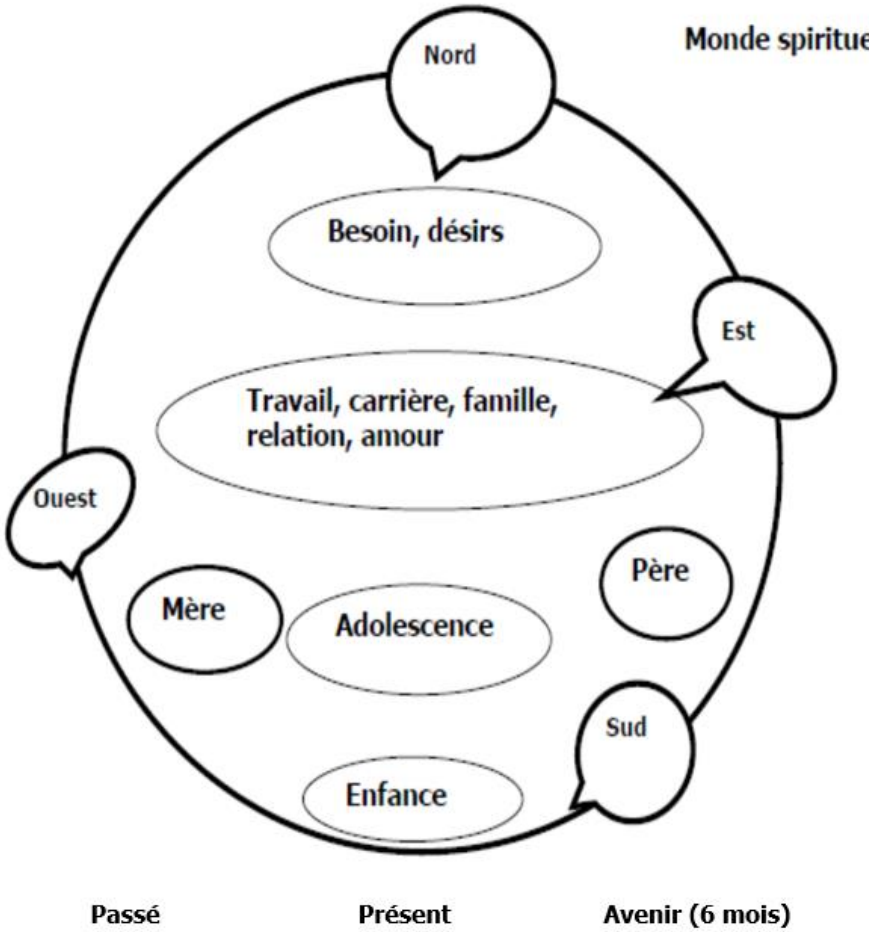
AURAGRAPHE

Qu’est-ce qu'un auragraphe ?

Un auragraphe est un dessin qui indique l'histoire de votre vie, avec vos capacités pratiques, psychiques et spirituelles. Parfois le médium fournira des évidences du MONDE SPIRITUEL, des conseils pour aider à accomplir votre potentiel, vos points forts, en mots il parle… de vous. Généralement on commence par dessiner un grand cercle sur une feuille A4. On peut aussi penser à des formes telles un papillon, avec un côté représentant la vie intérieure et l’autre la vie extérieure ou une plume de paon. Avec votre intuition, votre imagination, mieux encore, guidé par vos Amis Invisibles, on y ajoute de nombreuses images, des symboles, des numéros, des couleurs, à l’intérieur et à l’extérieur de ce cercle. Souvent, on utilise des crayons de couleur ou l'aquarelle. Vous trouverez des exemples d'auragraphes sur Internet sous l’onglet images, digiter : auragraph.

Le schéma ci-après indique les significations des positions.

Significations des positions



Quelques symboles chamaniques

Vieux	Quelqu'un qui a parcouru un grand voyage, gratitude.
Jeune	L'inexpérience, tout ce qui reste à apprendre, l'attente, la fougue, la force de la jeunesse, l'insouciance, la rapidité d'esprit, avoir le temps pour soi.
Aigle	Le roi des oiseaux ! Enfance, naissance dans ce monde, choix du voyage, la leçon, voyage = apprentissage, printemps, joie, connaissance spirituelle, action, vision claire (grande), regarder toute l'image avant de décider.
Buffle	Hiver, eau, grand âge, esprit et sagesse, faire face à l'adversité, rester fidèle à ce que l'on pense, fixer ce que l'on veut.
Souris	Parfois aussi le loup. Courage quand elle sort du trou pour manger, elle risque d'être prise par le chat, mais elle ne s'arrête jamais !
Loup	Symbole de lumière, héro, ancêtre, protecteur, désir.
Ours	Décembre, cadeau, ténèbres, alchimie, interdit, force, instinctif, lune, l'écoute.

Ouest	Noir, coucher de soleil, automne, pensée, esprit, regarder, laisser aller, tenir des choses inutiles, terre, fin, rêves, vision, marcher vers la vieillesse, enraciné à la terre, apprendre du passé, accueillir, contrôler ses pensées, semence d'énergie, sème partout et un jour recueille, le chaman dit tout ce qui t'arrive, tu l'as semé, ils te trouveront tu les as créés (semés).
Est	Jaune, purifie les toxines, élève, nettoie les émotions.
Sud	Rouge, passion, enthousiasme, mot et opinion.
Nord	Blanc, toutes les couleurs, lumière qu'on laisse ici, expansion.
Nord-est	Magenta, hibou, couleur magique, vent froid, vent de fraîcheur, jeunesse qui revient, naissance, accepter.
Sud-ouest	Orange, puissance, feu, reproduction, guérisseur, système de reproduction.
Eté	Apprendre à utiliser tout le potentiel, feu constructif /destructeur, jeunesse, croissance.
Printemps	Ne pas avoir peur de recommencer, porte qui s'ouvre (ouverte), nouvelle démarche, nouveau chemin.
Automne	Nourriture et abondance, gaité, couleur de la terre, passage, hospitalité, fertilité.
Hiver	La terre ne se repose jamais ! Elle est enceinte, elle a reçu la semence en automne, elle l'a dans "le ventre !", planifie les nouvelles naissances.
Air	Le premier souffle quand on est né, sorti de sa mère, inspire–expire, le souffle de DIEU, de la vie… la dernière chose que l'on fera.
Feu	Détruire ou transformer les aspects négatifs, indice de prudence, passage de l'adolescence à

	l’adulte, on pense tout savoir, prudence avec les mots, on apprend des anciens parce qu'ils ont fait plus de route.
Eau	Nettoie et régénère, la pluie, notre corps contient 80 % d'eau, communication, communication avec l’Esprit de l’eau, pas de vie sans eau.
Terre	Femme, mère, donne et reprend la vie.
Soleil	Dieu des hommes, intelligence, roi, l’aigle, la dualité, les yeux, chaleur, vie, lumière, chemin.
Lune	Déesse des femmes, transformation, croissance, la beauté, Vénus, fécondité, l’alternance.

SUICIDE, CONSEILS POUR LES PROCHES

Le suicide est une problématique complexe qui exprime toujours une souffrance. La personne qui passe à l'acte ne veut pas mourir, elle veut mettre fin à une douleur intolérable, insupportable. La clef pour le prévenir est le dialogue. Les psychologues et les psychiatres sont des aides.

Crise suicidaire, il y a une évolution

Prend racine très profondément. La personne elle-même ne sait pas pourquoi. Une évolution de la souffrance = ne sait plus comment gérer, c'est insupportable = la souffrance devient impossible à supporter. Quand la personne passe à l'acte souvent, elle ne sait même pas pourquoi.

Quelles sont les phases du deuil ?

- Chagrin
- Douleur
- Culpabilité
- Questionnement
- Deuil
- Colère
- Stigmatisation
- Acceptation
- Repartir

Ces étapes représentent les phases **généralement** traversées lors d'un deuil.

Après, que faire ?

- Le questionnement est normal.
- Accepter de ne plus y penser.
- Accepter de rire.
- Ne pas culpabiliser.
- Les signes n'empêchent pas le suicide.
- Deuil et tragédie passent par la colère.
- Parler, échanger, sortir de l'isolement.
- Demander de l'aide.

Qu'est-ce que "PARS PAS"

Une ligne d'aide : 027 321 21 21 ou aide@parspas.ch. Des groupes de soutien pour personnes endeuillées suite à un suicide. Des entretiens individuels sur demande.

La main tendue

Parfois, on aimerait parler avec une personne anonyme, compétente et toujours là pour nous. N° de téléphone : 143 (en Suisse).

Conseils et aide, le 147 de Pro Juventute

S'adresse aux enfants et aux jeunes. Un service d'aide à la fois fiable et compétent, disponible par téléphone, e-mail, ou via sa plate-forme d'informations en ligne : www.147.ch

LE PARDON

Qu'est-ce que le pardon ?

Il est difficile !

Plus divin qu'humain.

C'est un parcours long que l'on ne peut pas programmer.

Le pardon n'appartient pas à tous…

Quelles sont les étapes du pardon ?

1) Reconnaître qu'on a été blessé.
2) Prendre la bonne décision :

   Il faut décider de ne pas prendre le chemin de la violence ou du ressentiment. Parfois, on étouffe ses sentiments parce que cela nous est plus confortable.
3) Extérioriser :

   Il faut extérioriser sa douleur. Ecrire, par exemple, permet de décharger.
4) Recevoir la guérison :

   Il y a un deuil à faire par rapport aux attentes que l'on avait vis-à-vis de quelqu'un. Ce ou ces deuils sont des lâcher-prise à réaliser.

Qu’est-ce que le pardon n’est pas ?

- L'oubli :

  Pardonner ne veut pas dire oublier, cela veut dire cicatriser. Une cicatrice est toujours là mais ne fait plus mal.

- Synonyme de réconciliation :

  La réconciliation est une suite du pardon. À la suite d'une blessure, il faut décider : "Continuer ou non cette relation?".

- L’imposer :

  Le pardon est un acte d'amour : "Par don". On ne peut contraindre l'autre à le faire, sinon ce n'est plus un pardon.

- Une démission de ses droits.

- Changer l'autre :

  Quand on pardonne, on guérit et on se libère. Mais on n'a pas de pouvoir sur l'autre qui reste libre et responsable de reconnaître ou non sa faute.

L'AURA

Qu'est-ce que l'aura ?

Le terme "aura" désigne un contour coloré, comme un "halo de lumière", qui rayonne autour de l'être vivant. Elle est à la fois un champ énergétique et le reflet des énergies du corps. En général invisible à l'œil humain. C'est un fluide qui n'est pas physique mais subtil et qui emplit l'Univers, servant d'intermédiaire entre l'Homme, la Terre et les Corps célestes, ainsi qu'entre les hommes eux-mêmes. Champ d'énergie. L'Aura reflète notre santé, notre caractère, notre activité mentale et notre état émotionnel. Elle est constituée de plusieurs couches qui interagissent avec le corps physique.

Quelles sont les principales couches de l'aura?

L'aura physique

Dense. Comment est le corps physique ? Caractéristique de la personne, sa santé. L'état entre l'énergie et la matière, c'est pourquoi elle reste très près du corps. Les fonctions physiques, les sensations comme la douleur, le plaisir.

L'aura mentale

Les pensées. Lorsqu'on se détend, on se relaxe mentalement, cette couche en est affectée et s'étend. C'est l'intellect. Comment intégrer les informations, la connaissance ? Potentiel pour apprendre. La connexion mentale avec les autres.

L'aura émotionnelle

Les sentiments, l'Amour. Comment aime-t-on ? Comment sommes-nous avec les émotions ? Les besoins et les réponses émotionnelles. Le statut familial : célibataire, marié, divorcé ? Les amis, les connaissances, situation dans la famille.

L'aura spirituelle

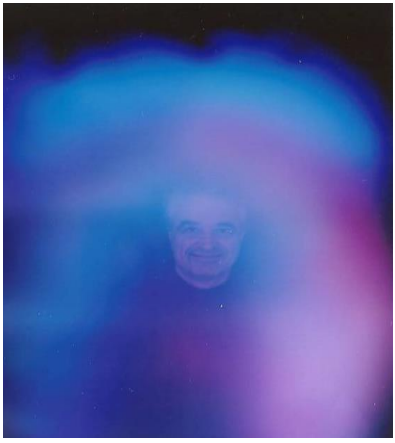
Celle qui nous permet de ne faire qu'UN avec l'Univers, avec Dieu. Son propre chemin de vie. La progression spirituelle. Les qualités spirituelles/psychiques. Le potentiel pour grandir. La plus large, elle s'élargit plus que les autres. Le MONDE SPIRITUEL l'utilise comme un véhicule vers notre mental. Important de développer la force ! Eloigner les soucis pour s'approcher de la Puissance.

Y a-t-il des trous dans l'aura, peut-on la coudre ?

L'aura est un champ éthérique, une énergie… comment pourrait-elle "avoir un trou" ? Comment pourrait-on la coudre?

Images de l'aura ?

L'aura est photographiée à l'aide d'une caméra "aurique" ou d'une caméra "Kirlian" (du nom de son inventeur). Exemple : Images de mon aura prises avec une caméra aurique



droite gauche

En temps normal

droite gauche

Avec l'Energie de guérison

En couleur ici…

www.danielesassi.net/images-de-mon-aura

Que nous prouve une aura ?

Nous sommes plus qu'un simple corps physique. Nous sommes aussi lumière, esprit, énergie et couleurs. Chaque couleur a ses particularités et ses significations. Chacun a ses propres leçons de vie… à vivre, ses points forts et ses faiblesses.

Que nous indique le côté droit de la photo ?

Il indique le côté expressif, masculin ou actif, les projets, la personnalité vers l'extérieur, comment les autres nous voient. Il représente également le passé récent. Dans cette position, cela peut indiquer une perte ou le souhait de laisser aller le passé, peut-être un déménagement récent ou une transformation personnelle profonde. Il y a habituellement un changement.

Que nous indique le côté gauche de la photo ?

Il indique le côté féminin, la réceptivité, le côté sentiments. La partie de la personnalité qui reçoit, ressent, accepte et imagine. Il est également révélateur de ce qu'on crée dans un proche avenir, d'ici à 6 mois (environ)

Que nous indique le centre de la photo ?

Ce qui est au-dessus de la tête indique ce qui est vécu dans le moment présent. Les buts et les aspirations. Par exemple, le rouge indiquera plutôt des objectifs financiers ou d'affaires.

Que nous indiquent les bords de la photo ?

Ceux-ci indiquent l'expressivité, l'extraversion, le côté social, les activités, le désir de communication dans le sens large du terme, les perspectives positives, l'esprit d'aventure ou d'expansion spirituelle. Il existe des programmes d'ordinateur pour la lecture de l'aura, de la photo à l'interprétation. Mais le MONDE SPIRITUEL, il est où ?!

MA LISTE DE COULEURS

Pourquoi une liste de couleurs

Le travail avec les couleurs est, à mon avis, le plus simple. C'est le chemin que j'utilise pour donner ou vérifier les bases. Or c'est sur des bases solides que l'on construit des gratte-ciels ! La vision de l'œil humain est limitée entre le rouge et le violet (l'œil ne voit pas l'infrarouge ni l'ultraviolet). N'oubliez pas que nous sommes tous uniques, de ce fait, nous ne pouvons pas avoir une liste de couleurs qui va pour tout le monde. Ce n'est pas quelque chose de mécanique, c'est du "feeling" ! On doit arriver à ressentir ce que la couleur veut nous dire ou ce que l'Esprit veut communiquer à travers cette couleur. Ça c'est le but ! Chaque couleur a une signification différente pour chaque humain et peut-être pour chaque Esprit ! Au début de mes cours de médiumnité, souvent il m'arrivait de ne plus savoir comment aller de l'avant, c'était comme si je me bloquais… Ma liste des couleurs me donnait un nouveau coup d'envoi. Etre imprégné d'exemples m'a vraiment facilité la tâche au début ! Nous donner des mots pour stimuler la conscience, projets de vie, changements, l'énergie que je donne, habilité, santé, relation, le futur. La couleur est vibration. Nous aussi nous sommes une énergie de vibration.

On utilise les couleurs dans plusieurs buts. Par exemple, pensez à McDonald's, ils utilisent des couleurs pour nous donner l'envie d'entrer… et nous faire partir rapidement. Les couleurs peuvent aussi aider pour la médiumnité ou la guérison, personnellement, j'ai eu plusieurs retours positifs.

Que véhicule chaque couleur ?

Une couleur véhicule des images et des symboles qui varient selon les cultures, les périodes historiques et les circonstances.

Qu'est-ce que la chromothérapie ?

La chromothérapie est une médecine intégrative qui utilise des couleurs pour aider le corps et l'esprit à retrouver leur équilibre naturel. Les couleurs peuvent être absorbées par notre organisme de diverses façons. Elle a des origines anciennes. La médecine traditionnelle a toujours attribué une grande importance à l'influence des couleurs sur la santé et l'état d'esprit des personnes. Les Egyptiens, les Romains et les Grecs pratiquaient l'héliothérapie (exposition à la lumière directe du soleil) pour le traitement de divers troubles. La médecine ayurvédique en Inde a toujours tenu compte de l'incidence des couleurs. Les Chinois ont confié leur bien-être physique à l'action de différentes couleurs. Ces dernières années, la chromothérapie a connu un développement remarquable grâce à de nombreuses études scientifiques qui montrent l'influence des couleurs sur les systèmes nerveux, métabolique et immunitaire

Le sens des couleurs

Certains effets des couleurs sont bien connus et acceptés par la grande majorité des gens. Ils ont souvent fait l'objet d'expérimentations sérieuses et, selon certains chercheurs, ont été démontrés scientifiquement. Les scientifiques ne s'entendent pas tous sur la validité des résultats. Quoiqu'il en soit, les couleurs nous affectent puisque notre corps réagit aux impulsions de différentes ondes de lumière selon leur longueur et leur niveau de vibration. Les couleurs influencent aussi nos émotions et notre état psychologique. Mais lorsque l'on s'intéresse aux effets psychologiques des couleurs, il importe de savoir que toutes les sociétés n'ont pas la même perception de ces effets sur nos émotions. Ce que nous tenons pour une observation "objective" à propos d'une couleur n'est parfois que le reflet de notre appartenance à un groupe culturel qui attribue des propriétés à cette couleur depuis nombre de générations. Pourquoi n'est-il pas possible de tenir des propos vraiment objectifs dans ce domaine ? En partie parce qu'il est très difficile de séparer la psychologie de la symbolique. Prenez par exemple le noir et le blanc. En Occident, on considère le noir comme une couleur sérieuse, dramatique et même parfois triste. C'est la couleur traditionnelle du deuil. Le blanc, au contraire, est associé à la pureté, à la paix et à l'optimisme, pour ces raisons, c'est la couleur traditionnelle des robes de mariées.

Nous sommes convaincus que cela est dans la "nature" de ces couleurs. Pourtant, dans certains pays d'Orient, le blanc, et non le noir, est la couleur du deuil. Ci-après, je vous propose quelques significations généralement admises en Occident.

Le bleu

- Dans l'aura physique : Communication, conférencier, orateur (speaker), religion (prêtre) musicien.
- Dans l'aura mentale : Calme, observateur, remarque les choses (détails) que l'autre ne voit pas, perfectionniste, dur avec soi-même, jamais satisfait.
- Dans l'aura émotionnelle : Personne "cool", calme, détendue, humour qui change, détaché (parfois), qu'on n'arrive pas à approcher.
- Dans l'aura spirituelle : Connexion spirituelle, clairvoyance, médiumnité, philosophe.

La note sol. 5ème chakra (chakra de la gorge). Sens : l'ouïe. Pierres bleu ciel ou turquoise comme la calcite bleue, angélite, aigue-marine, fluorite bleue, amazonite, calcédoine. Selon Hippocrate, c'est la couleur du caractère mélancolique. Communication, inspiration, vérité, méditation, musique, guérison, confiance, gouverné par Vénus, croyance, foi, dévotion, honnêteté. L'eau de la vie. L'importance des relations personnelles.

Grâce, beauté. Ceux qui aiment la couleur bleu pâle sont créatifs, sensibles et ont de l'imagination. Ils ont besoin d'un environnement apaisant. Le bleu pâle favorisant la créativité, on le recommande pour décorer le bureau ou la salle d'étude. L'idéal serait de l'associer à une couleur comme le jaune, qui stimule l'esprit et augmente la concentration et la capacité d'organisation. Ceux qui aiment particulièrement le bleu foncé ont la réputation d'être des personnes intelligentes et indépendantes, dotées d'un grand sens des responsabilités. Elles recherchent la tranquillité et aiment s'entourer d'affection et de tendresse. Le bleu foncé est bienvenu dans la chambre à coucher car il favorise un sommeil profond et paisible. Attention cependant à ne pas l'employer dans une pièce où vous comptez vivre le jour, car vous pourriez souffrir de l'aspect peu stimulant de cette couleur aux puissants effets sédatifs. Le bleu semble faciliter la communication chez les gens qui s'entourent de cette couleur. Il favorise la détente physique et mentale et procure un sentiment de sécurité et de confiance. Cette couleur symbolise la paix, elle appelle à l'évasion et au rêve. Le bleu possède donc de grandes vertus car il est à la fois calme, apaisant et pacifique, tout en ayant aussi un côté plus dynamique puisqu'il favorise la créativité et l'inspiration. Hygiène, fraîcheur et propreté sont également indissociables du bleu (liquide bleu du lave-vitre, poudre détergente avec ses particules bleues, bonbons à la menthe bleus, etc.). Plusieurs expressions parlent encore de nos jours de la variété des connotations acquises par le bleu : "être fleur bleue" (romantique), "avoir les bleus" (mélancolique), "avoir du sang bleu" (noblesse).

Le turquoise

Changement ou nouveau départ spirituel, opportunités, personne à l'écoute.

Le jaune

- Dans l'aura physique : Plexus solaire, enseignants, études, être organisé.
- Dans l'aura mentale : Bon intellect, esprit fort (strong mind), volonté, aime comprendre, curieux.
- Dans l'aura émotionnelle : Positif, heureux.
- Dans l'aura spirituelle : Partage le savoir.

La note mi. 3ème chakra (chakra du plexus solaire). Sens : la vue. Pierres jaunes comme la calcite orange, ambre, oeil de tigre, citrine, topaze jaune. Selon Hippocrate, c'est la couleur du caractère sanguin. Intellect, mental, sagesse, bon sens, joie, enseignant, études, ouvert aux nouvelles idées, bonheur, vif d'esprit, sens de l'humour. Les gens qui aiment le jaune ont une personnalité intéressante et stimulante. Ils aiment demeurer actifs et relever des défis. Ils recherchent le bonheur. Le jaune est lumineux, joyeux et stimulant. On associe cette couleur à l'intellect et à l'expression de la pensée car le jaune augmente la concentration, la mémoire, le jugement et la prise de décision.

C'est également une couleur qui favorise l'assimilation de nouvelles idées et la capacité à comprendre différents points de vue. De plus, il semble que le jaune aide les gens à être mieux organisés et à adopter une attitude optimiste, des bienfaits qui seront appréciés dans plusieurs pièces. Le jaune constitue donc un excellent choix pour la décoration d'une pièce vouée au travail intellectuel, à l'étude ou au travail de rédaction. Il importe cependant de l'utiliser en combinaison avec une couleur qui apporte un peu de sécurité et de calme, comme le bleu, car le jaune employé seul et en grande quantité risquerait de s'avérer trop stimulant pour le système nerveux. Rien n'illumine un décor autant que le jaune, couleur du soleil, de la lumière, de l'été... Donc en décoration, le jaune est votre plus grand allié dès qu'il s'agit de rendre plus lumineuse une pièce avec peu de fenêtres ou faisant face au nord. Le jaune attire l'attention. On l'utilise pour signaler un danger potentiel ou une interdiction, notamment en circulation automobile. Le jaune a tout de même un côté moins positif. Il est aussi associé à la maladie (le pavillon jaune signale la quarantaine sur les navires), ainsi qu'à la gêne et au dépit comme dans l'expression "rire jaune". En anglais, le jaune est également associé à plusieurs aspects négatifs, notamment aux journaux à sensation et au journalisme malhonnête, que l'on appelle "yellow journalism", ainsi qu'à la lâcheté comme dans "yellow belly" que l'on traduirait par froussard. En italien, le jaune "giallo" est un film policier, le cinéma d’horreur.

L'orangé

- Dans l'aura physique : Fluide du cœur, créatif, aime les personnes (easy blend), maternel, prend soin des autres.
- Dans l'aura mentale : Optimiste, joie mentale, enthousiaste.
- Dans l'aura émotionnelle : Statut familiale (marié, divorcé), amis, contacts, réponses émotionnelles, besoins émotionnels, ressent tout, sensible, empathie pour les autres.
- Dans l'aura spirituelle : Avec l'art, guérison, donne des conseils.

La note ré. 2ème chakra (hara, ventre). Sens : le goût. Pierres oranges ou brunes comme la cornaline, pierre de soleil, ambre brun/orangé, opale de feu. Enthousiasme, optimiste, créatif, sensible, intuitif, guérison, demande la perfection aux autres, confiance, émotions, sensitivité. Ceux qui aiment l'orangé sont des gens d'action, compétents et plutôt impatients. Ils sont indépendants, motivés, compétitifs et bien organisés. Des personnes créatives et pratiques, qui ont beaucoup d'énergie et se sentent parfois incapables de rester en place. L'orangé combine les propriétés stimulantes du rouge et du jaune. Cette teinte joyeuse à la personnalité forte plaît aux gens actifs et qui se sentent bien dans leur peau. Il semble que les danseurs soient souvent attirés par cette couleur.

Pour ceux à qui l'orangé paraît trop fort, certaines teintes comme terre-cuite, pêche ou ambre conviendront mieux, tout en conservant les qualités propres à l'orangé. Au point de vue physiologique, selon les chromothérapeutes, l'orangé est censé renforcer le système immunitaire et favoriser la digestion. L'orangé est la couleur joyeuse par excellence. Il libère les émotions, favorise l'estime de soi et la capacité de pardonner. Cette couleur stimulante combat la dépression et ravive la bonne humeur. Les teintes plus pâles, comme la pêche ou l'abricot, aident à rétablir l'énergie nerveuse. L'orangé ne porte ce nom que depuis l'arrivée des oranges en Europe. Le terme apparaît pour la première fois en anglais dans un poème datant de 1044, mais le mot ne passa dans l'usage courant que plusieurs siècles plus tard, vers 1750, lorsque le fruit fut devenu plus accessible en Europe. On associe l'orangé à l'automne et à ses feuillages colorés, au feu, à la terre et à la poterie. Si l'orangé n'a pas réussi à acquérir un symbolisme fort, il demeure que cette couleur occupe une place importante dans les domaines où la sécurité dépend d'une bonne visibilité. Couleur voyante par excellence, l'orangé est employé dans la fabrication de beaucoup de matériels de survie comme les gilets et les vestes de sauvetage, les bouées et les canots pneumatiques.

Le rouge

- Dans l'aura physique : Santé (élimination), force, bonne santé, vitalité, leader, défi, sport, activité, énergie rapide.
- Dans l'aura mentale : Mental occupé, déterminé, impulsif, rougir.
- Dans l'aura émotionnelle : Intense, passion, positif, amour, colère ou fort ressenti.
- Dans l'aura spirituelle : Puissance, enraciné ("les pieds sur terre"), créateur de forte puissance.

La note do. 1er chakra (chakra racine). Sens : l'odorat. Pierres rouges ou foncées comme le jaspe rouge, grenat, quartz fumé, obsidienne, tourmaline. Selon Hippocrate, c'est la couleur du caractère colérique. Energies de la vie, affectueux, passionné, aime le partenaire, vitalité, force, ressources, positivité, meneur, déterminé, indépendant, carrière, puissance. Couleur des personnes dans le domaine de la finance. Il va main dans la main avec des adjectifs comme courageux, antidépressif, assuré, déterminé, amical, chaleureux et sensuel. Ceux qui aiment le rouge ont tendance à être ambitieux, impulsifs, excitables et énergiques. Ils sont souvent productifs, courageux et extravertis, qualités qui en font de bons leaders. Le rouge est joyeux. Beaucoup de produits destinés aux enfants ou associés au plaisir sont rouges (ballons, jouets, etc.).

La fête de Noël se pare de rouge et porter des sous-vêtements rouges pour la Saint-Silvestre porte bonheur ! Le rouge traduit aussi l'exubérance, la vitesse et l'action, ce n'est pas une coïncidence si tant de voitures de sport sont rouges ! Le rouge est la couleur qui a le plus d'impact sur nos fonctions physiologiques. On dit que le rouge stimule le cœur et améliore la circulation sanguine tout en fortifiant le corps et en augmentant les globules rouges du sang, c'est sans doute pour cette raison qu'on dit qu'il excite les sens et qu'on l'a toujours associé à la passion, à la sensualité et au désir. Mais le rouge évoque aussi la colère et l'agressivité comme dans les expressions "voir rouge" et "rouge de colère", ainsi que d'autres émotions, comme dans les expressions "rouge de confusion", "rouge de honte" ou "le rouge lui monte aux joues". Alors attention, certains rouges utilisés à l'excès dans la décoration peuvent irriter, voire provoquer la colère. Avec cette réserve, les effets stimulants du rouge le prédestinent pour les pièces dans lesquelles le mouvement et l'activité sont élevés tels que le hall d'entrée, les escaliers, la salle d'exercice physique et la cuisine. Souvenez-vous toutefois qu'il n'est pas nécessaire de peindre un mur entier en rouge pour profiter des effets bénéfiques de cette couleur. Si vous avez des doutes quant à l'impact du rouge sur une pièce, utilisez-le comme couleur intermédiaire ou comme accent d'abord. Le rouge et l'orangé vif sont les teintes qui se voient le mieux à distance, c'est une des raisons pour lesquelles elles sont utilisées pour avertir d'un danger ou d'une interdiction (feux de circulation, panneaux d'arrêt, etc.).

Le rouge est souvent considéré comme la couleur des couleurs. La preuve, dans certaines langues, les mots "rouge" et "coloré" sont synonymes, dans d'autres, "rouge" est synonyme de "beau". Dans les cultures où la langue ne comprend que quelques termes pour désigner les couleurs, on crée d'abord les termes "clair" et "obscur", puis, si une seule couleur est nommée, c'est toujours le rouge.

Le vert

- Dans l'aura physique : Le cœur, travaille beaucoup, médecin, infirmier, aime la nature.
- Dans l'aura mentale : Equilibre, besoin d'harmonie, d'une situation calme.
- Dans l'aura émotionnelle : Equilibre, compassion, prend soins des autres.
- Dans l'aura spirituelle : Au service (aider les autres).

La note fa. 4ème chakra (coeur). Sens : le toucher. Pierres vertes ou roses comme l'aventurine, jade malachite, péridot, quartz rose, rhodonite. Selon Hippocrate, c'est la couleur du caractère flegmatique. Service (médecin, infirmière), aide, nature, changement, équilibre, nouveau départ, compassion, harmonie, protection, travail (très) dur. Besoin d'attention. Nécessité de changement dans le couple, ou si la personne est seule, nouvelle relation qui arrive. Ceux qui aiment le vert sont sensibles et remarquent des détails qui échappent souvent aux autres.

Le vert révèle une personnalité prudente, encline à observer plutôt qu'à agir, mais également un esprit humaniste et qui aime rendre service. Symbole de vie, de croissance et d'harmonie. Couleur qui réconforte, détend et dont il fait bon s'entourer. Lorsque l'on pense au vert, on imagine des forêts, des arbres, de l'herbe. La nature offre une multitude de teintes de vert : sauge, olive, pomme, lichen, jade, émeraude. Par son lien si étroit avec la nature, le vert semble nous aider à nous en rapprocher et, par-là aussi, nous rapprocher les uns des autres. En plus d'apporter un sentiment de paix à l'âme, le vert semble aider à équilibrer certaines fonctions physiologiques, notamment celles du cœur, des poumons et des systèmes circulatoires et nerveux. Selon certaines études, il favorise aussi une respiration lente et profonde. Le vert aide à donner un sentiment de détente, c'est un antistress, d'ailleurs les chromothérapeutes utilisent la lumière verte pour traiter plusieurs afflictions telles que la tristesse et le besoin d'harmonie. En décoration, certaines nuances de vert sont rafraîchissantes, comme le vert menthe. Le vert pomme et le vert lime ont un côté plus stimulant, ils créent une ambiance joyeuse et légère. Les teintes plus sombres comme le vert bouteille et l'olive confèrent une touche de calme au décor. Le vert crée une ambiance rassurante, un sentiment de confort et de lien avec la nature. Grâce à toutes ses qualités, le vert, selon les nuances, convient à presque toutes les pièces. Il apporte un petit brin de nature bienvenu dans notre vie.

Au Moyen-âge, le vert était considéré comme une couleur portant malheur, voire une couleur maléfique associée au Diable, le vert symbolisait alors la superstition et il fallait éviter de porter un vêtement de cette couleur. Au fil du temps, dans la culture occidentale, on a pu constater que le vert a cessé d'être associé au mal ; il est plutôt devenu un symbole du destin, du hasard, à la fois de la chance et de la malchance. En ce sens, le vert est perçu comme une couleur ayant trait à ce qui est instable, à ce que l'on désire et qui est incertain ou éphémère, que ce soit l'amour, l'espérance, la jeunesse ou encore le jeu (tables de jeux, de billard, courts de tennis, terrains de football, etc.). En italien "tavoli verdi", tables vertes, pour indiquer les casinos et les jeux tels que la roulette, ou aussi le chemin de fer. L'instabilité, le hasard, la victoire ou la défaite s'habillent donc de vert. Ces quelques expressions associées au vert témoignent des nombreux symboles que revêt cette couleur "rester vert" (jeunesse), "donner le feu vert" (permission), "être vert de colère" (colère), "être vert de jalousie" (jalousie), "avoir la main verte" (jardinage), "en voir des vertes et des pas mûres" (difficultés importantes).

Le violet

- Dans l'aura physique : Maturité, combinaison de rouge et de bleu, équilibre, bonne combinaison entre activités et repos, chercheur, recherche des informations.
- Dans l'aura mentale : Pense de façon spirituelle, bonne imagination, fantaisie.
- Dans l'aura émotionnelle : Chaud et froid, très chaleureux ou très froid et détaché, prend soin des autres, en haut et en bas.
- Dans l'aura spirituelle : Au service et au travail pour l'Esprit.

La note si. 7ème chakra (couronne). Lien avec notre nature spirituelle. Pierres : améthyste, cristal de roche. Spiritualité, mysticisme, imagination, humanisme, poésie, maturité, clairvoyance. Les personnes qui aiment le violet sont décrites comme étant très intuitives et charitables. Leur nature sensible pourrait les rendre vulnérables, c'est pourquoi on leur conseille parfois de porter du magenta, une couleur qui contient du rouge et qui peut améliorer la confiance en soi. Selon les psychologues de la couleur, le violet contribue à l'équilibre de l'esprit. Il favorise la créativité, la sensibilité et la compassion, il est lié au sens artistique et musical, aux grands idéaux, à l'intuition et à la spiritualité. Il convient aux lieux destinés à la méditation ou à la prière.

On emploie parfois le violet pour créer des atmosphères théâtrales qui reflètent la personnalité créatrice des habitants de la maison. Certains artistes aiment aussi avoir des touches de violet dans leur atelier. On attribue au violet des propriétés antiseptiques. Dans certaines salles d'opération, on utilise des ultraviolets pour purifier l'air. Grâce à ses effets calmants et apaisants, le violet est souvent employé en psychiatrie dans le traitement des malades souffrant de peurs et d'obsessions. Né de l'union du rouge et du bleu, deux couleurs aux personnalités totalement opposées, le violet et les autres teintes de sa famille, comme le mauve et le pourpre, suggèrent tantôt mystère, richesse et délicatesse, tantôt malaise, trouble ou provocation. Ces couleurs possèdent une sorte de double personnalité qui leur a toujours valu des réactions très variées. La pourpre, pigment dérivé d'un mollusque qui servait à colorer les vêtements les plus précieux, était réservée exclusivement aux Empereurs (d'où l'expression "être né dans la pourpre"). Dans le monde religieux, on associe le violet au mystère de la Passion du Christ. Le temps de Pâques est marqué par l'emploi des couleurs complémentaires violet et jaune qui symbolisent respectivement le Carême et la Renaissance (jaune des fleurs printanières). Au sein de l'empire britannique, le mauve fut pendant longtemps une des rares couleurs permises, avec le gris, le noir et le blanc, durant les périodes de demi-deuil. Cela explique peut-être en partie l'aversion du milieu de la mode pour cette couleur jusqu'au milieu du XIXe siècle et les connotations lugubres qui lui étaient attribuées.

Pendant les années soixante, la famille des violets devint extrêmement populaire. Non conventionnelles et provocantes, ces couleurs furent adoptées par une génération de jeunes gens recherchant la liberté.

Le noir

Le ying, la lune, le féminin. Changement, fatigue, peut-être pas en bonne santé, secret, sagesse cachée, manque de quelque chose. Porter des vêtements noirs à certaines occasions démontre une personne en contrôle d'elle-même et communique une image autoritaire. Cela suggère également une personne disciplinée, possédant une grande volonté, ayant des idées bien arrêtées. Ceux qui choisissent de porter très fréquemment du noir ont une personnalité quelque peu contestataire. Les choses occultes, sagesse cachée, cache la vérité, formes féminines, réceptif. Secret (pour soi), intensité. Le noir possède des caractéristiques paradoxales : il procure un sentiment de protection, de réconfort, de même qu'une sensation de mystère ; il est associé au silence, à l'infini et à la force vitale féminine. Cependant, il faut l'utiliser avec ménagement car il peut devenir un frein à l'évolution ainsi qu'au changement. On l'attribue à l'austérité, et il est par tradition en Occident associé au deuil, à la mort et aux ténèbres. Plusieurs expressions dans notre langage font référence au noir : "avoir des idées noires", "broyer du noir", "être sur la liste noire", "mouton noir", "jeter un regard noir", "marché noir", "bête noire".

Comme on peut le constater, toutes ces expressions ont une connotation négative. Qu'à cela ne tienne, ce ne sont là que des mots. Si vous aimez le noir, rien ne vous empêche de l'utiliser de façon sensée et de créer un décor raffiné, ou encore de porter un vêtement noir parce qu'il vous va bien et vous donne ce petit air racé et mystérieux. En décoration ou dans le domaine de la mode, le noir est le symbole par excellence de l'élégance, de la modernité. On n'a qu'à penser au smoking, aux tenues de cérémonie, aux objets de luxe ; il représente la richesse, le raffinement, voire le mystère. Depuis longtemps, on l'a beaucoup associé aux vêtements ecclésiastiques. De plus, il évoque la dignité, le pouvoir et la menace. Il est symbole d'autorité, que ce soit l'uniforme du policier, du surveillant, ou encore, de l'avocat ou du juge. Le noir, utilisé avec modération en décoration, peut être inspirant et met même en valeur les effets des autres couleurs auxquelles il est juxtaposé. Il est cependant mieux de ne pas faire une utilisation abusive du noir car il pourrait devenir difficile de vivre quotidiennement dans un tel environnement. Un grand mur ou un plafond noir peuvent donner un sentiment d'étouffement en faisant paraître beaucoup plus petite la pièce où ils sont utilisés. Alors utilisez le noir de façon judicieuse, mettez en valeur les autres couleurs de votre décor, apportez une touche de raffinement, croyez en ses vertus chanceuses comme le font les Chinois !

L'indigo

- Dans l'aura physique : Introverti, loyal, de confiance.
- Dans l'aura mentale : Intuitif, sincère.
- Dans l'aura émotionnelle : Assez seul, peut-être déprimé.
- Dans l'aura spirituelle : Capacité pour la transe.

La note la. 6ème chakra (3ème oeil). 6ème sens, perceptions extra-sensorielles. Pierres la dumortiérite, lapis-lazuli, sodalite, améthyste, saphir. Intuitif, loyale, sincère, introverti, aime la famille, la maison, les enfants. Solitude, prier, vocation religieuse, potentiel de clairvoyance. La couleur de la confiance, le Troisième Œil. Philosophe, plein de compassion, aime la maison, la famille, les enfants. Souvent un pilier de sa communauté, esprit positif. Rêveur, recherche la justice. Introverti. Difficile de changer les habitudes.

Le rose (Pink)

Amour, tendresse, féminin, romantique, amour de la mère, dévotion, gentillesse, santé, force disciplinée. Transformer sa vision en réalité. Ceux qui aiment le rose sont plus heureux quand ils peuvent faire des travaux humanitaires. On les retrouve souvent dans les grandes exploitations. Perfectionnistes, peuvent être très exigeants avec eux-mêmes et les autres. La couleur de la proposition. Une nuance plus pâle du rose est la couleur de la famille, et surtout l'amour pour sa mère, cela signifie la consolation par l'amour. Gouverné par la planète Vénus. Souvent pas aimé dans son enfance, pas accepté, manque de reconnaissance. Découvre l'indécision, la vie avec des hauts et des bas. Essaie d'effacer des traces. Aime les choses exotiques. Personne classique qui aime l'art et la musique. Temps pour l'amour, aime donner de l'amour. Innocence, pureté, naïveté, sensibilité, charme, impartialité, digne de confiance, ne se décourage jamais. Personnes capables de contrôler leurs humeurs et qui coopèrent bien avec les autres. Compréhension des émotions des autres et font appel au meilleur de ce qu'il y a dans l'autre. Parfois impatientes, elles peuvent devenir intolérantes et avoir tendance à être têtues et autoritaires, parfois tyranniques. Sont souvent difficilement accessibles, étouffent l'amour et deviennent isolées et solitaires. Besoin de sécurité, de posséder. Calmant, chaud. Une force disciplinée qui transforme les rêves en réalité.

Le blanc

Le yang, le soleil, le masculin. Ça commence maintenant, départ à zéro, nouvelle approche de la vie. Contient toutes les couleurs, absorbe des informations. Indique la pureté de la pensée et/ou la direction. Décrit la révélation, est une force positive, actif. Peut montrer une tendance à changer le sens de la vie. Compétences spirituelles, ouverture et réceptivité pour recevoir du MONDE SPIRITUEL. Éclairage, sagesse cosmique, énergie intense de l'intérieur. N'apparaît pas souvent dans l'aura des adultes. Un voyageur, un artiste, un conférencier. Un maître pas ennuyeux. Il est possible que ces personnes se tournent vers le côté occulte ou noir de la vie. Considère les autres avant d'agir, pense très soigneusement. Vigilant, hésitant.

Le brun

Stable, "les pieds sur terre", ancré. Vient peut-être de passer une période difficile ou est un peu déprimé, faible. Protecteur, attentif, érudit, est bon auditeur et bon ami. Les études, l'apprentissage, déception, veut faire trop, aide les autres à voir la réalité, apprentissage.

La couleur crème

Considère les autres avant d'agir, pense très soigneusement, vigilance, hésitant.

L'or (Le bronze)

Paix, compréhension, veut faire un chemin spirituel. Progression spirituelle. Symbolise un degré de perfection, ou de consommation, mais chaque extrémité étant un nouveau départ, cela signifie un nouveau défi. Des difficultés matérielles. L'aube d'une ère nouvelle. L'étincelle divine dans les réalisations humaines. La joie lumineuse, la grâce, l'espoir, le bonheur. Individuel, est souvent le sage. Irradie de vitalité et de chaleur afin de nourrir la spiritualité des autres. Recherche de ce qui est, de ce qu'il y a de mieux dans l'autre. A de la sympathie et de la compréhension pour ses contemporains. Une personne pleine de joie de vivre qui gagne l'admiration des autres. Peut-être découragé si déçu par les frustrations de la vie et peut avoir tendance à dissiper ses énergies. Peut devenir très indulgent envers soi-même et se perdre dans la construction de châteaux de sable. Peut chercher une solution de facilité. Peut devenir égoïste et possessif envers les choses et les gens. Indécis, peureux. Peut devenir malheureux s'il reçoit plutôt que donner. Apporte l'espoir aux gens, de la joie aux désolés, aux tristes et aux déprimés.

Le gris et l'argent

Art et musique, digne de confiance, véritable ami. Fatigue, manque d'imagination. Gris foncé ou noir, déprimant, sombre, refuse de se déplacer, opiniâtre, manque de confiance, période douloureuse, perte de confiance dans l'avenir, incertitude, doute, période "grise". Nouvelles opportunités, capable de transformer le négatif en positif. Peut-être un problème d'ouïe. Personne pas sûre d'elle, a besoin de directives, ambitions matérielles, tendance à la grandeur.

Comment utiliser les couleurs ?

Quand je les "reçois", je propose au patient d'utiliser la couleur par rapport au souci qu'il pense avoir. Par exemple porter des vêtements ou un objet (montre) de la couleur. Aussi mettre la couleur "en vue". Utilisez votre imagination, votre intuition, laissez choisir le patient. Souvent plusieurs couleurs pour le même symptôme. Dans le tableau ci-après, à gauche les symptômes/ maladies, et à droite, la couleur qui aide... Ils sont listés par ordre alphabétique. La liste ne se veut pas exhaustive ! Utilisez votre intuition et votre inspiration ! Mais toujours être prudent… car si elles peuvent aider, elles peuvent aussi avoir l'effet contraire ! Dans tous les cas, c'est le patient qui décide ! Demandez à votre Team invisible, laissez-vous guider. Attention à ce que vous dites !

Ma liste des couleurs - symptômes - maladies

Symptôme / maladie	Couleur associée
Adrénaline pour la descendre	Rouge
Aide à raisonner	Orange
Amène "la lumière"	Violet
Anémie	Rouge
Angoisse	Bleu
Antiseptique	Bleu
Arthrite	Rouge
Asthme	Orange
Baisse la pression	Bleu/indigo
Besoin d'affirmation	Rose (pink)
Besoin de joie, d'espoir, d'optimisme	Jaune/or
Besoin de sécurité	Orange
Brûlures	Bleu
Calmant	Bleu/rose (pink)/vert
Calmant "cabossé" de la vie	Jaune
Cancer	Vert
Chaud	Rose (pink)
Circulation	Rouge

Symptôme / maladie	Couleur associée
Cœur	Vert
Communication	Bleu
Concentration (manque de)	Jaune
Constipation	Jaune
Coupures	Bleu
Craintes	Orange
Craintes (peurs) intérieures	Indigo
Dépression	Or/orange/rouge
Détente	Bleu
Digestion	Jaune
Manque de discipline, rêveurs	Rose (pink)
Douleurs	Bleu
Egoïstes	Orange
Emotions négatives	Jaune
Epilepsie	Orange
Fatigue/Léthargie	Rouge
Favorise la créativité	Bleu
Favorise le sommeil	Bleu/vert
Foie	Jaune/orange/rouge
Glande pinéale	Indigo
Glandes surrénales	Rouge
Goutte (maladie)	Orange/bleu

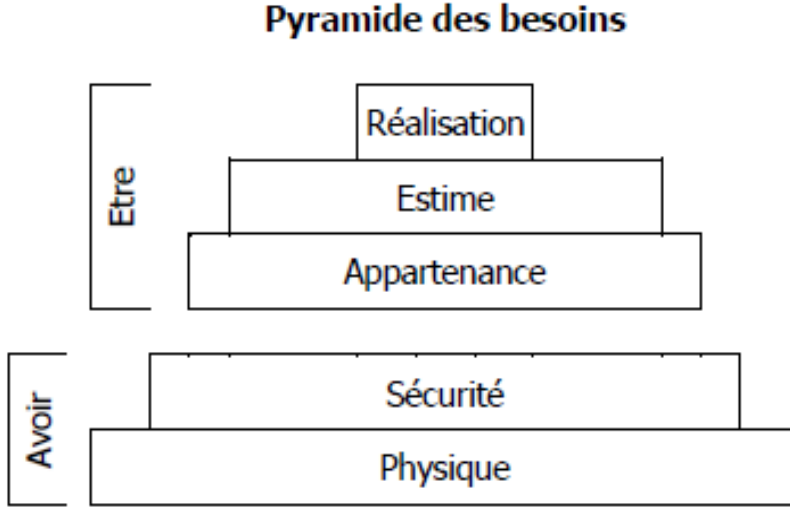
Symptôme / maladie	Couleur associée
Guérison (activer la)	Bleu
Harmonie	Vert
Hépatite	Bleu
Hypertension artérielle	Bleu
Grippe	Vert
Inhibitions	Orange
Insomnie	Bleu
Inspiration	Violet
Les glandes	Jaune
Muscles tendus	Vert
Nerfs/Trouble nerveux	Jaune/violet
Nouvelles idées (pour les)	Orange
Ongles bleus	Rouge
Ongles gris	Orange
Pancréas	Jaune
Pénis	Vert
Pessimisme	Orange
Poumons	Vert
Pour le mental	Jaune
Problèmes de gorge	Bleu
Purifiant	Violet
Rate	Orange
Récupérer/ Régénérer	Orange/vert

Symptôme / maladie	Couleur associée
Restrictions	Orange
Rhumatisme	Bleu
S'endormir	Violet
Stimule les nerfs	Orange
Stress	Jaune
Thyroïde	Bleu
Tissus (reconstruire les)	Vert
Toxines	Jaune
Tristesse	Or/vert
Utérus	Rouge
Vessie	Orange
Virus	Vert

LA PYRAMIDE DE MASLOW

Qu'est-ce que la pyramide de Maslow ?

Une théorie élaborée à partir des observations réalisées dans les années 1940 par le psychologue Abraham Maslow sur la hiérarchie des besoins humains. La pyramide est constituée de cinq niveaux principaux. Nous recherchons d'abord, selon Maslow, à satisfaire chaque besoin d'un niveau donné avant de penser aux besoins situés au niveau immédiatement supérieur de la pyramide. Aujourd'hui, chez nous, c'est un peu différent : le dernier téléphone mobile, la connexion WIFI, l'ordi…



Quelle est la distinction entre "besoin" et "désir" ?

Le besoin est exprimé par l'inconscient sous forme d'une émotion qui en signale la présence et la satisfaction ou la non-satisfaction, tandis que le désir est exprimé par le conscient sous forme de mots ou d'actes libres. Par exemple, le fumeur a besoin d’arrêter de fumer pour sa santé, en revanche vouloir posséder une nouvelle moto est un désir.

Quels sont les 5 besoins humains principaux ?

Besoins physiologiques

On nomme besoins physiologiques ceux liés à un état de santé physique. Nécessaires à la survie de la personne, ils sont impérieux : respirer, boire, manger, dormir, se réchauffer.

Sécurité du corps

Elle recouvre le besoin d'un abri (logement), la sécurité des revenus et des ressources, la sécurité physique contre la violence (délinquance, agressions, etc.), la sécurité morale et psychologique, la stabilité familiale ou, du moins, une certaine sécurité affective, et la sécurité physique (santé).

Besoins d'appartenance (affection des autres)

Il s'agit de la recherche de communication et d'expression, d'appartenance d'une femme et d'un homme. Ce besoin d'intégration dans le lien social va de pair avec le besoin de reconnaissance et de considération. Il passe par l'identité propre (nom, prénom), le besoin d'aimer et d'être aimé, d'avoir des relations intimes avec un conjoint (former un couple), d'avoir des amis, de faire partie intégrante d'un groupe, de se sentir accepté et, conséquence logique, de ne pas se sentir seul ou rejeté.

Besoin d'estime personnelle (confiance et respect de soi)

L'homme a besoin d'être respecté, de se respecter lui-même et de respecter les autres. Reconnaissance et appréciation des autres ! Il a besoin de s'occuper pour être reconnu, d'avoir une activité valorisante qu'elle soit dans le domaine du travail ou dans celui des loisirs. Il s'agit, en particulier, du besoin de se réaliser, de se valoriser (à ses propres yeux et aux yeux des autres) à travers une occupation. Aussi besoin d'avoir des projets, d'avoir des objectifs, des opinions, des convictions, de pouvoir exprimer ses idées.

Besoin d'accomplissement personnel

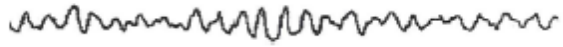
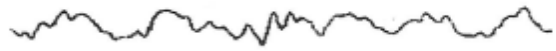
Morale, créativité, résolution des problèmes. Besoin de communiquer par révélation, de se découvrir. Comme le disait Peterson : "La vie est une perpétuelle découverte."

LA MEDITATION

QU'EST-CE QUE LA MEDITATION en pleine conscience?

Vivre le moment présent est une pratique de relaxation. Permettre au cerveau de prendre des vacances ! Apprendre au cerveau à ralentir, technique de détente pour ralentir les fonctions cérébrales (ralentir les ondes cérébrales).

L'activité cérébrale fonctionne avec des ondes, ici un schéma pour comprendre :

1. Ondes beta
2. Ondes alpha
3. Ondes thêta 
4. Ondes delta 

- Les ondes beta supérieures
  (plus de 20 cycles par seconde):
  L'état d'anxiété, de panique, de stress.

- Les ondes beta (14 à 20 cycles par seconde) :
  L'état de tous les jours, mode de fonctionnement quotidien.

- Les ondes alpha (8 à 14 cycles par seconde) :
  Le mode créatif, je dessine, je suis inspiré.

- Les ondes thêta (4 à 7 cycles par seconde) :
  Plus calme, je rêve à yeux ouverts, l'hypnose.

- Les ondes delta (1 à 4 cycles par seconde) :
  Je suis sous l'effet d'une narcose

- Les "onde gamma"
  Elles viennent d'être découvertes. Elles ont un cycle comme les betas mais sont plus éloignées ! Selon des études, menées actuellement par l'Université de Northampton (GB) par le prof. Chris Roe, ce phénomène est dû à une influence externe ! Rappelez-vous qu'entre ces niveaux il y a d'autres niveaux. Le cerveau veut tout contrôler ! La méditation permet de ralentir la fréquence. Combien de périodes sans rien faire ? Zéro ! La société attend de nous que nous soyons toujours actifs "on the GO" ! En famille, nous sommes beaucoup plus sous pression qu'il y a 50 ans. Aujourd'hui, il y a de plus en plus de sollicitations : téléphone, e-mail, enfants, partenaire, TV, publicité, etc. On a besoin de retrouver du calme, un peu de tranquillité. Comment était votre journée ?

Combien de choses avez-vous faites ? Les interruptions ? 5 ? 10 ? 20 ? Plus de 20 ? Jamais un temps pour soi, de calme ! Pas de pause pour le cerveau. Avec quelles conséquences ? Une augmentation des suicides, des infarctus, des burn-out, des anévrismes. Tout est lié au stress qui cause beaucoup de maladies.

Comment la méditation est-elle venue jusqu'à nous ?

Grace aux hippies dans les années 1960. Ils commencent à utiliser des drogues (LSD) pour méditer. Les Beatles vont au pied de l'Himalaya à Rishikesh en Inde de février à avril 1968, rencontrent le guru indien Maharishi Mahesh et séjournent dans un ashram. Et c'est ainsi que la méditation est arrivée sous nos latitudes.

Qu'est-ce qu'un Ashram ?

Un lieu en Inde où des disciples vivent autour d'un maître pour méditer et recevoir un enseignement.

La méditation a-t'elle un pouvoir de guérison ?

Oui ! Elle est utile, par exemple, pour faire face à la tristesse, l'anxiété et résoudre les conflits. La méditation a le pouvoir de nous mettre en communication avec notre moi intérieur. Elle contribue à un profond sentiment de bien-être et de sagesse. C'est une erreur de penser que les méditations sont toutes les mêmes ! Il y a des méditations pour calmer, alléger les souffrances, faire face au stress, surmonter des difficultés, développer l'amour, la compassion, trouver l'harmonie, la paix, la joie, donner accès à des expériences spirituelles.

Y a-t-il des dangers ?

Le pire qui puisse vous arriver ? Vous endormir ! Il n'y a pas de dangers qui lui soient associés. Ne vous mettez pas sous pression. Tirez le maximum de la méditation. Pratiquez-la régulièrement une fois par jour, ou deux ou trois fois par semaine. Rappelez-vous, pratiquer la méditation régulièrement vous gratifie et vous aide à vous harmoniser et vous entourer de joie ! Ne vous limitez pas à une seule posture et à une seule technique.

Qu'est-ce que je ne dois pas forcer ?

Votre esprit, votre mental, à rester concentré sur un seul point.

Quels en sont les bénéfices ?

Une étude publiée en 1999 dans la revue Proceedings National Academy of Sciences, a démontré **une atténuation de la dépression et un renforcement des défenses immunitaires**. Des ouvriers travaillant à la chaîne dans une usine de Nissan au Japon méditaient pendant 20 minutes avant de commencer le travail, on s'est aperçu qu'ils étaient **plus productifs.** Une autre étude menée à l'Université de Montréal révèle que la méditation aurait une **influence positive sur la concentration**. Le département de psychologie de l'Université de Montréal a conduit une étude sur des adolescents atteints de cancer. Il a démontré que la méditation apportait **une amélioration de la santé et de la gestion du stress**.

Qui médite régulièrement voit **son rythme cardiaque et sa pression artérielle diminuer**, d'où un effet sur la **réduction des cas d'Accident Vasculaire Cérébral** (AVC = un infarctus pour le cœur, un AVC pour le cerveau). Méditer **augmente la concentration**.

A New Castle (nord-est de la Grande-Bretagne), dans une école primaire, on a fait méditer la moitié des élèves d'une classe pendent 20 minutes tous les matins et pas les autres. On a noté une **nette amélioration de la concentration et plus de tranquillité** chez ceux qui avaient médité ! Des chercheurs ont aussi démontré **l'effet positif sur l'impatience, l'irritabilité, l'hostilité, la fatigue mentale**. Une étude a été conduite dans un village canadien où la population méditait. On y a constaté **une diminution des vols, des bagarres et des problèmes avec la police** par rapport aux villages alentours. En 2008, une méta-analyse (étude statistique sur des études, 27 dans ce cas) montre que les thérapies de relaxation sont efficaces **contre l'anxiété** et permettent une **augmentation significative de l'auto-efficacité**. Cette étude a démontré que la méditation **augmente la confiance en soi** ! Elle permet **l'attitude bienveillante à l'égard de soi-même, de se centrer sur l'instant présent**. De façon générale, c'est **la qualité de vie qui semble nettement améliorée**. Sur le plan physiologique, la réponse de **la relaxation semble très analogue à celle de la prière**. Ne pas toujours attendre "la solution" de l'extérieur ! Moi, j'ai peur en avion, méditer dans l'avion, surtout avant le décollage, m'aide énormément à **gérer ma peur**. Selon des études menées en 2007, 2009 et 2010, **la détente délocalise l'attention de la douleur** et empêche le signal de la douleur d'arriver au cerveau. Pour expliquer ces **effets analgésiques significatifs** (provoqués par la détente), les Grecs invoquaient Poséidon, le dieu de la mer. Méditation = **Attitude bienveillante à l'égard de soi-même !**

Quelles sont les bonnes raisons pour méditer ?

Bien sûr, la méditation c'est juste pour se détendre, sans attentes ni buts, mais on peut quand même aussi l'utiliser :

- Pour surmonter le stress et trouver la paix et le contentement, Pour s'éclairer et se libérer soi-même.

  Pour développer l'attention, se débarrasser de mauvaises habitudes, lutter contre les dépendances et les préoccupations.
- Pour guérir les vieilles blessures, surmonter la maladie et la douleur.
- Pour faire une expérience des plus enrichissantes de la vie intérieure.
- Pour dynamiser l'esprit et ouvrir le cœur.
- Pour trouver la joie et la connaissance de soi en se concentrant sur les priorités.
- Pour promouvoir l'amour et la compassion, la perspicacité et la sagesse.
- Pour résoudre les situations difficiles avec clarté et sérénité.
- Pour surmonter la cupidité, l'égoïsme, la négativité et l'inquiétude.
- Se poser des questions… mais ne pas toujours attendre les réponses, ou du moins pas immédiatement !
- Lâcher un problème, prendre une décision, préparer un discours, une tâche importante.
- Nous écouter, nous faire avancer, retrouver l'unité.

Quel est le rôle de la méditation ?

Pratiquer régulièrement la méditation est un instrument efficace pour prendre conscience de soi-même. Nous donnant la permission de prendre du temps dans notre vie très occupée, de ralentir les pensées et laisser le cerveau se reposer, la méditation nous permet d'atteindre notre authentique "soi-même", on se libère aussi de son égo. Dans les cultures des pays orientaux on connait déjà depuis longtemps les bienfaits d'une méditation quotidienne. C'est seulement maintenant que chez nous, dans les pays occidentaux, ses bénéfices sont reconnus. Selon le vieux dicton : "Nous sommes le produit de nos pensées", à notre époque de pressions et de matérialisme effréné, on comprend que bien souvent nos pensées ne sont pas toujours des plus hautes… En pratiquant une méditation régulière on peut commencer à découvrir qui on est vraiment, quelle est notre destinée, plutôt que continuer à croire que nous sommes ce qu'on nous a dit que nous sommes. La méditation nous aide à penser plus clairement, elle nous montre des changements, rien que l'on puisse remarquer devant le miroir mais de subtils changements intérieurs qui vont influencer la façon dont nous pensons, nos croyances qui sont là depuis longtemps. Les clignotants qui ont inhibé notre vision sont retirés. La méditation devrait toujours avoir lieu avec de justes intentions.

Rappelez-vous, on essaie de laisser derrière son égo. Lentement, avec patience et dévouement, le brouillard commencera à se dissiper, on commencera à observer la beauté qui est autour de nous et à reconnaitre les structures qui ont été destructives et qui déjà se répètent toutes seules. Nous devons nous reconnecter avec qui nous sommes réellement, trouver notre propre et véritable esprit ! Le bonheur est un état d'esprit, par conséquent la vraie source du bonheur se trouve dans notre esprit et non pas dans les conditions extérieures. Le but de la méditation est de cultiver les états d'esprit favorables à la paix et au bien-être et d'éliminer ceux qui ne le sont pas.

Y a-t-il des contre-indications ?

Peut-être en cas de trouble psychiatrique (demander au psy…). Sinon, à oublier quand on est en colère
(vous n'arriverez pas à vous détendre !).

D'autres techniques de détente ?

- Tai Chi.
  Gymnastique douce d'origine chinoise, gestes coordonnés, déplacements comme dans une danse.

- Qi Gong.
  Pratique chinoise, exercices pour lâcher les tensions, favoriser la concentration.

- Training autogène de Schulz.
  Répéter mentalement des phrases de joie.
  Par exemple :
  je suis calme, je suis calme, je suis calme…
  Je me sens bien, je me sens bien…

- Méditation avec le son des bols tibétains.
  Ecouter et ressentir les vibrations des sons produits par le bol.

- Relaxation musculaire progressive (Jacobson).
  Exercice: pour détendre tous les groupes musculaires.

- Bouddhiste.

  Les yeux ouverts, le regard fixé vers le mur. En position du lotus. Croiser les jambes en "position du lotus".

- Méditation indienne.

  La tête en bas et les jambes en l'air ! La tête en bas et les jambes en l'air, mais pourquoi faire compliqué quand on peut faire simple ?!! Ce n'est pas nécessaire, on veut juste se relaxer ! Nous n'avons pas la même culture !

COMMENT MEDITER ?

Ce devrait être un plaisir, dans le cas contraire mieux vaut faire autre chose !

- Peu mais bien, pas de compétition.
- A l'aide de CD/DVD, avec ou sans musique.
- Méditer dans un environnement calme, silencieux, tranquille, de préférence le matin, si possible le même endroit (salon, chambre à coucher, jardin, dans une forêt).
- Sur une chaise confortable. Mieux assis car allongé on risque de s'endormir, sur une chaise confortable.
- Les pieds bien posés sur le sol.
- Essayer de rester immobile, sans être crispé.
- La direction (nord, sud…) peut aussi avoir une influence.
- Si ça vous dit avec une bougie, de l'encens,
- Une couverture, des chaussons…
- Si ça ne va pas, essayez une autre fois, changez.
- Colonne vertébrale droite, pas de Tour de Pise !

Pour offrir ou commencer en douceur à la maison...

Mon "KIT Méditation" : CD contenant des méditations guidées, sans musique, en pleine conscience. Techniques de respiration et de visualisation centrées sur l'instant présent qui vous conduiront dans la relaxation et la détente.

Que faire si… ?

- Mes pensées ne s'arrêtent pas ?

  Elles sont simplement des productions mentales, des idées ou des images qui arrivent à l'improviste, elles gênent mais elles font partie du fonctionnement humain. Ne "luttez" pas contre, vous perdriez ! Le jour où il n'y en a plus, on est mort. Calmez le flux… la seule chose possible. Pour discipliner notre mental il faut le laisser faire…

  Soyez spectateur, recommencez à focaliser sur votre respiration. Ne pas dialoguer avec ses pensées !

- Il y a du bruit ?

  Le bruit est toujours là, le silence absolu n'existe pas ! Ce n'est pas une raison pour ne pas méditer. Recherchez l'endroit le plus silencieux possible et faites avec le bruit qu'il y aura quand même…

- Des sensations douloureuses ?

  Notre cerveau veut tout contrôler, la détente provoque un changement. Que se passe-t-il ? Le cerveau réagit, il veut reprendre le contrôle… Lâchez prise et recommencez à focaliser sur votre souffle.

- Je suis agité ?

  Essayez de faire autre chose pour vous calmer. Reprenez la méditation après ou à un autre moment, rappelez-vous qu'il n'y a pas de concours ni d'objectif à atteindre.

- J'ai sommeil ?

  Observez votre envie de dormir sans dormir. Peut-être êtes-vous fatigué, peut-être avez-vous vraiment besoin de dormir.

- En cas d'émotion ?

  Une émotion est une information sur nos besoins, l'accueillir comme un conseil… A-t-elle quelque chose à nous dire ?

- En cas de colère ?

  Oubliez, difficile de se détendre ! Faites autre chose… Prenez une feuille de papier et écrivez ce qui vous tracasse… Essayez, ça aide ! Ou...allez courir !

- En cas de tristesse ?
  J'accueille, je lâche… des larmes ? Laissez couler, mieux vaut que la tristesse s'exprime par les larmes que par un organe, c'est une façon de sortir des émotions. Juste accepter, ne pas bloquer, ne pas juger, pas besoin de toujours savoir pourquoi.

Y a-t'il des outils pour vous aider ?

- Pour les "Visuels" (besoin de voir)

  Moteur de recherche Google "Images", Digiter "Opticall illusion" ou "Hubble" ou "Big Bang Hubble". Choisissez votre image à fixer avant de commencer, ça donne quelque chose à faire au cerveau.

- Pour les "Auditifs" (besoin d'écouter)

  Utilisez une musique de "méditation"

  Le battement binaural : ou son binaural, est un effet sonore très particulier :

  la musique émet des sons différents dans chaque oreille. En stimulant l'oreille droite elle calme le cerveau gauche et vice versa. Il en résulte que le cerveau est confus, avec pour effet d'induire la relaxation.

  Où trouver cette musique ? Moteur de recherche Digiter "Bineural beats". Il est impératif d'écouter cette musique à l'aide d'un casque. Attention à ne pas payer des prix exorbitants lors de l'achat. Pour détendre le cerveau, utilisez une musique de "méditation".

- Pour les "Kinesthésiques" besoin de mouvement, toucher

  Focalisez l'attention sur votre respiration, "Toujours présent!"

Les avantages de la méditation guidée en groupe ?

- On bénéficie de la dynamique du groupe.
- On est obligé de trouver le temps et on ne vient que pour méditer.
- On n’est pas dérangé par des choses extérieures.
- Quelqu'un vous guide = le cerveau est occupé par la voix.
- Vous sortez de votre maison, vous êtes dans un endroit neutre.
- On reçoit des conseils, on partage ses succès et les éventuelles difficultés. En un mot, c’est plus facile !

En conclusion, méditer c’est…

- Faire une expérience, pour la comprendre il faut la pratiquer.
- Ne rien attendre, ne pas se mettre la pression !
- S’assoir, la posture de recueillement la plus aboutie !
- Se "désagripper", s’ouvrir. Respirer… respirer = vivre !
- Aller à la rencontre de soi-même.
- S’abandonner, se taire, je me laisse faire par la vie.
- Un plaisir, pas une contrainte, pas une obligation.
- Pratiquer, pratiquer, pratiquer, avec persévérance et patience.
- Persévérez. Ça va venir avec le temps. Méditer n’est pas toujours facile ! Mais c’est à force de continuer à méditer qu'on en tirera profit ! Soyez le maître de vos décisions. Vous pouvez méditer partout. Commencez par quelques minutes… il suffit de vouloir pour… pouvoir ! Ne comparez pas la méditation à une haute montagne : "Je n’arriverai jamais au sommet, elle est trop haute, c’est trop difficile. Je n’ai pas le temps…" Commencez simplement par faire le premier pas.

PLANNING D'UNE MEDITATION GUIDEE

- Téléphone éteint ?
- Musique ?
- Coussins,
- Couverture,
- Repose-pieds.
- Mouchoir?
- Eau?
- Musique?
- Téléphone eteint?

Déroulement

Durée	Déroulement
5 à 10 min.	Présentation Lien avec la dernière fois Débriefing La journée/semaine, c'était comment ? Qu'avez-vous fait ? Avec quels résultats ?
Env. 3 min.	Briefing Quelle méditation ? Comment ?
Env. 3 min.	Préparation Bien confortable ? Choisissez votre position Apaiser les éventuelles tensions physiques Ralentir Se préparer à la relaxation
20 à 30 min.	Méditation guidée
Env. 4 min.	Se préparer au "retour"
8 à 10 min.	Debriefing Partager les expériences Evaluation
Env. 2 min.	La prochaine fois ?

COURS, QUESTIONS ET OBJECTIFS

MES COURS

Pourquoi j'enseigne ?

C'est ma passion, ce que j'aime, mon métier.

Pour vous accompagner dans l'apprentissage, à un rythme respectueux de vos connaissances et de vos attentes.

Pourquoi mettre de côté tout ce que vous avez appris précédemment ?

Si vous faites toujours la même chose, vous obtiendrez toujours la même chose !

Soyez ouvert, peut-être à une autre vision.

Une fois le cours terminé, vous pouvez commencer à chercher votre propre façon de faire, celle qui vous passionne, celle qui est la plus proche de votre cœur. Par exemple, dans des ateliers.

Ce que j'attends de mes participants

- Vous avez du plaisir.
- Confidentialité, ce qui est dit ne sort pas du cours.
- Eteindre les téléphones portables.
- Absence ? M'avertir s.v.p.
- Pas content ? Merci de me le dire (gentiment… !).
- Etes-vous un berger ou… un mouton ?
- Questionner. Question bête ? Ou bête de ne pas en poser…
- Pause max. 20 minutes.
- Nécessaire pour écrire. Eventuellement des crayons couleur.
- © = pour votre usage.
- Etes-vous d'accord avec "tu" ?
- Je vous montre les locaux.
- Attention à ce que vous dites (= vous êtes responsables !)
- Etes-vous connecté à votre intelligence ? Réfléchir, ça tient la route ?
- Dans une famille, pas tout le monde s'aime, mais on se soutient. Merci de faire la même chose dans les cours.

Qu'est-ce que l'andragogie ?

- "Formation des adultes".
- La formation des adultes se différencie de la pédagogie "l'éducation des enfants".

Ça veut dire quoi "prendre soin de soi" ?

Vous avez droit à l'abstention, de négocier, au stop, à l'écoute, de poser des questions, de prendre des notes.

Ça veut dire quoi "prendre soin de l'autre" ?

On parle en "je", des retours vrais !
J'écoute l'autre !

Ça veut dire quoi "prendre soin du groupe" ?

C'est l'engagement de chacun à participer activement, faire les exercices, lire les documents.

Être ponctuel. Confidentialité.

QUESTIONNAIRE sans engagement de votre part!

Pour **dates:**

Le cours?:

Pourquoi un questionnaire ? Pour m'aider à :

- Améliorer le contenu et la mise en œuvre des activités.
- Mieux cibler vos besoins
- Me focaliser sur vos attentes.

Utilisez une autre feuille si besoin !
Je suis sûr que vous allez prendre le temps de répondre !
Attention : C'est strictement confidentiel et gratuit
S.v.pl. renvoyer le questionnaire à **d.sassi@live.com**

Prénom **.....**

E-mail **.....**

N tél. mobile **.....**

N'oubliez pas de vous accorder le temps pour réfléchir !

Mon tarif à mon cabinet?

CHF: pour une durée de

Supplément:

- support du cours: entre EUR 10.00 et 60.00
- Déplacement
- Le cas échéant: Location de salle, hébergement

Vous m'avez trouvé comment ?

Pourquoi ce cours ?...

Quel sont vos objectifs ?

Quel sont vos attentes ?...

Vos priorités

Le cours… est la solution? s

Quel cours du genre avez-vous déjà suivi ?

Votre cours en «présentiel» où «vidéoconférence» ?

Comment évalué votre niveau ?

Quel cours, formation vous fréquenté ?

Combien de temps pour les exercices à la maison ?

Votre cours ? la fréquence, intensif? 1 x semaine?

Etes-vous prêts vous déplacer à mon cabinet ?

Quel sont les choses importantes dans un cours ?

Y a-t-il quelque chose qui vous retient ?

Le cas échéant… pourquoi ça ne va pas?

Spécifique au cours de Trance :

Quelque chose où quel' qu'un à pardonner ?

Quel seront vos pas dans les prochain 6 moi ?

Sur le plan personnel :

Sur le plan professionnel ?

Acceptez vos forces et listez les ici… :

Sur le plan personnel ?

Sur le plan professionnel ?

Acceptez vos faiblesses et listez-les ici :

Sur le plan personnel ?

Sur le plan professionnel ?

Observations ? / Questions?

Pour les cours de transe :

CONSEILS POUR VOS COURS

Si vous souhaitez enseigner, rappelez-vous...

- Garder toujours le lien participant/participant et prof./participant/prof.
- Résumer, utiliser un support pour donner les objectifs.
- Poser des questions, l'accueil !!!
- Fil rouge ? Mieux par écrit.
- Mouvements ? Gestuelle ? Changer la voix ?
- Quelques verbes à objectifs : créer, ouvrir, définir, classifier, détailler, analyser, faire correspondre, déterminer, choisir, mettre dans l'ordre, identifier, comparer, grouper, organiser, trier, résumer, estimer, diviser, diagnostiquer, sélectionner, juger, remplacer, décider, régler.

Conseils spécifiques pour les cours de méditation

- Bien choisir la musique (nécessaire la musique ?).
- L'ambiance aussi aide à la relaxation.
- Rythme de la voix : "adagio".
- Les retours, les conseils, consignes claires ? après ?
- Des bruits?, projecteur en marche ?

Vous utilisez Power Point ?

- Accueil avec : Titre du cours / Lieu / Date / Nom du prof.
- 1 police, max. 2 !!! Police minimum 22.
- 40 à 50 mots par dia suffisant.
- Présentation uniforme (toujours la même partout !).
- Pas trop d'images en même temps.

A la fin du cours

- Rester à disposition pour des questions.
- Ne pas ranger (débarrasser) devant les participants.
  C'est quand le cours va bien qu'il faut réfléchir aux changements… après… c'est trop tard !

Pour faire un bon prof.

- Celui qui oublie de se préparer se prépare à être oublié…
- La seule chose qui est vouée à l'échec ?

  Celle que l'on ne tente pas !
- Le fou ouvre les voies que les sages emprunteront.
- Il n'y a pas un seul chemin pour apprendre, mais plusieurs.
- Il n'est pas important de savoir ce que l'apprenant apprend mais ce qu'il devient et ce qu'il fait avec.
- La théorie est inutile s'il n'existe pas la pratique (et vice versa).
- Le savoir que tu envoies revient, construits des ponts pas des murs.
- Tu me dis, j'oublie Tu m'enseignes, je me souviens. Tu m'impliques, j'apprends.

Comment choisir un moyen d'enseignement

- Acceptable aux participants, répond à leur niveau et intérêts.
- Objectif clair dès le début, aussi dans la méthode d'enseignement.
- Disposition lisible, attrayante, matériel visuel approprié.
- Tâches et thèmes intéressants, et à jour.
- Contient différents styles d'apprentissage…
- Consigne simple et compréhensible, claire et par ordre de difficulté.
- Pages réservées à la révision et à l'évaluation, test et contrôle des acquis.
- Relativement disponible dans le commerce.
- CD, site web, exercices supplémentaires.
- Mode d'emploi et préparation simple pour le prof.
- Place dédiée à l'apprentissage, au développement personnel
- Grammaire, si nécessaire, mais simple, explications, vocabulaire, prononciation.
- Tient compte de la culture de l'apprenant.

Planning d'un cours

Min.	Quoi	Comment	Moyens/Matériel
	Bien débuter		
	Objectifs		
	Réactiver		
	Instruire		
	Assimiler		
	Pause		
	Evaluer		
	Prochaine fois		

MODULE "EVALUER UN COURS"

Préparation

- Préparation de la salle, accueil des participants. Local ?
- Matériel ?
- Présentation des nouveaux participants.
  Nombre de participants ?

Objectifs

- Indiqués ? oui/non
- Contrôle des "devoirs" ? oui/non

Communication adaptée ?

- Consigne adaptée, compréhensible ?
- Rythme, ton ?

Planification de la leçon ?

- Structure ? Suivi ? Dynamique ?

Interagir avec les participants

- Attitude + motivation, objectif d'apprentissage ?
- Avancement?
- Qui parle le plus ? Prof. …..% / Participants ……%
- Corrections ? Encouragements ? Répétition ? Synthèse ?

Attentes des participants

- Observation ? À chaque point… !

Support du cours ?

- Qualité, quantité ? Adapté WEB, comment ?
- Technique pour auditif ? kinesthésique ? visuel ?

Dernière visite ?

- Objectifs ? oui/non

Comment est le groupe ?

- Test ? Contrôle des acquis ? Prof. + Participants ?
- Participants, pourquoi ce cours ? Attentes des participants ?

Salutations

- Prochaine fois ?

Conclusion

- Objectif : points à améliorer ?
- Objectif : points à faire ?

LA TECHNIQUE DES QUESTIONS

Y a-t-il des questions bêtes ?

Non !

C'est bête de ne pas poser de… questions !

Qu'est-ce que la technique des questions ?

C'est une technique souvent utilisée pour recueillir des informations ou des précisions sur un point. Avec des questions ouvertes et des questions fermées on peut tout savoir ou presque ! Quelle est votre… question ?!

Ça sert à quoi ?

Encourager les participants à partager leur point de vue avec vous. Les responsabiliser dans l'entretien et leur permettre d'explorer par eux-mêmes les attitudes, les sentiments sans être influencé.

Qu’est-ce qu’une question fermée ?

Une question à laquelle on répond par "oui" ou par "non".

Qu’est-ce qu’une question ouverte ?

Une question qui nécessite une réponse plus étendue qu'un simple "oui" ou "non". La manière de poser les questions est déterminante, la forme et le ton doivent être éloignés de tout ce qui pourrait ressembler à une quelconque inquisition ou un interrogatoire.

Comment pratiquer au mieux la technique ?

90 % du succès, c’est l’attitude postive!

Préparez une liste de questions !

Comment vérifier que l'on a bien compris ?

La reformulation du contenu permet de vérifier que l'on a bien compris ce que la personne voulait nous dire.

Pourquoi nous avons deux oreilles et une bouche ?

Imaginez le contraire !

Pourquoi le tamis ?

Comme lui… j'écoute jusqu'à… la dernière goutte… qui tombe.

À quoi ça sert ?

Augmente l'estime de soi de la personne.

Meilleure communication, aide l'autre à se comprendre lui-même.

Comment sont mes objectifs ?

S.M.A.R.T.

Spécifique **M**esurable **A**cceptable **R**éalisable **T**emporel

Qu'est-ce que La méthode QQCOQP?

L'abbréviation "QQOQCP" est un moyen mnémotechnique. Pour me la rappeler: j'ajoute devant un **C** et ça donne "CQQCOQP" "**C**'est **cu cu**l **c**'est **O**c**CU P**é" …

MODULE "ENTREVUE"

Introduction, préparation, gestuelle, se synchroniser avec l'autre, être ouvert

- Ambiance agréable, cadre, préparation mentale.
- Préparer le matériel, les documents, position du corps.
- Se rappeler d'écouter, durée de l'entretien ?
- Pourquoi ce cours ? Objectifs ? les vôtres ? les miens ?
- Comment je peux vous aider ?

Partie centrale : analyse de la situation et des circonstances

- Personnes impliquées, attentes ? Vos connaissances ?
- Autres cours ? Diplôme ? Vos besoins ?
- Temps pour les exercices ? Temps pour les cours ?
- Combien de personnes par classe ? Finances ? Aide ?
- Alternatives ? Quelle décision prendre ? Prise ? Crainte ?
- Résumé de la situation, questions de compréhension.

Ecoute de soi, ressentir l'autre, empathie, amour de l'autre

- Exprimer sa perception de la situation, des sentiments.
- Recherche de solutions (pas de conseils !) Avec qui ? Avec quoi ? De quelle manière ? A propos de quoi ? Vraiment ?
- Comment cherchez-vous ? Comment le savez-vous ?
- Y a-t-il une autre explication ? Repérer les facteurs intérieurs.
- Qu'est-ce qui manque ? Livre ? Déjà un ? Qui paye ?
- Qu'aimeriez-vous ? Quelles sont vos limites, vos blocages ?
- Identifier les ressources, décisions prises.

Transfert, faits concrets, responsabiliser

- Stratégies, identifier vos ressources, nouveaux objectifs.
- C'est clair ? Autres solutions ? Prochaines étapes ?
- Comment continuer ? Développer la stratégie.
- Programme dans le temps.

Clôture

Nouvelles compétences, évaluer l'expérience,
la stratégie.

Evaluation

- Qu'a dit l'autre ?
- Les sentiments de l'autre ont-ils été pris en compte ?
- J'étais détendu ? Je parlais quand c'était nécessaire ?
- Je n'ai pas essayé de convaincre ?
- L'interlocuteur :
- S'est senti accepté ?
- A-t-il pu dire ce qui comptait pour lui ?
- Etait-il au centre de mon attention ?
- S'est-il senti compris ?
- Caractériser chaque situation, les paroles, le ton, le contexte.
- S'interroger : étais-je centré sur moi ou sur l'autre ?
- Reconstituer l'échange. Ai-je écouté ou conseillé ?
- Comment étaient mes interventions ?
- M'interroger.
- Affirmation de soi, décision.
- Pris le temps de présenter ses préoccupations ?
- Evaluation de mon point de vue.
- Peut-être inquisiteur ? interprétation.
- En reformulant ce qu'il a dit, préciser ses intentions, ses souhaits ?
- Je l'aide à exprimer, il vérifie par lui-même.

CREATIVITE

COMMENT DEVELOPPER LA CREATIVITE ?

Tout d'abord... qu'est-ce que la créativité ?

Elle est l'outil numéro 1 des vainqueurs ! C'est un puissant stimulant. Stimule l'imagination, l'intuition et surtout elle nous oblige à être en "mode positif" ! Dans le dictionnaire Larousse, elle est définie comme "la capacité de produire des œuvres nouvelles, user des comportements nouveaux, trouver des solutions nouvelles à un problème". Elle est présente dans notre vie de tous les jours. Dès qu'on est en face d'un problème il faut faire preuve de créativité ! L'imagination est une aptitude qui nous éloigne de la réalité. La créativité est l'aptitude à transformer ses rêveries en concret, en signes communicables aux autres.

Où est-elle ?

La créativité est présente dans chacun de nous ! Même les personnes à l'apparence passive ont un potentiel qui ne demande qu'à être réveillé ! Pensez aux enfants qui font preuve d'imagination et de fantaisie dans leurs dessins, leurs jeux. Ces facultés, avec l'âge, s'atrophient avec l'éducation familiale fondée sur les obligations, les cadres limitatifs, les schémas réducteurs et non pas sur l'encouragement et la spontanéité. L'école est encore trop basée sur l'acquisition de savoirs et la conformité. Tant d'obstacles au développement d'une personnalité créative et originale !

Que faire pour favoriser la créativité ?

Il faut encourager l'imagination, apprendre à la transformer en création. La capacité de créer est plus large que la capacité de raisonner. La société ne favorise pas la créativité qui remet en cause les acquis et perturbe les habitudes. L'école reproduit les mêmes schémas et encourage plutôt les méthodes rationnelles et logiques. Or, une des phases de la créativité consiste à remettre en cause les enchaînements logiques, à suivre l'indiscipline de la pensée, elle encourage le désordre ! Elle ne doit pas remplacer la pensée logique, mais elle devrait en être complémentaire. Ce que réclame la créativité, c'est de l'espace, du temps et de la détente, autant d'éléments permettant de se déconnecter du raisonnable et d'entrer dans le domaine du "pourquoi pas".

Comment développer la créativité ?

- Décider d'être créatif.
- Envisager différentes solutions.
- Analyser ses idées et les noter.
- Définir ses objectifs, oser.
- Considérer les problèmes comme des occasions.
- S'amuser et être un peu fou à l'occasion.
- Être spontané, tenace.
- Remettre en question les règles et les hypothèses toutes faites.
- Méditer.
- La créativité est comme un muscle qu'il faut… "muscler" !

De quoi devons-nous être conscients ?

Pour développer la créativité, nous devons être conscients qu'il existe des freins :

- L'habitude (produire du nouveau, c'est fatigant !).
- La peur (que va-t-on penser de moi ?).
- Le manque de confiance en soi (suis-je capable ?).
- Le manque d'entraînement à la créativité.

Quelles compétences développer ?

- Notre propre intuition.
- Notre capacité :
- D'improvisation dans la recherche créative.
- D'adaptation pour gérer la production créative.
- A remettre en cause les habitudes et les acquis.

Quels sont les facteurs qui nous empêchent d'être créatifs ?

- Le conformisme et les règlements.
- Les habitudes qui emprisonnent l'être humain.
- Les émotions négatives telles que le découragement, la peur.
- Le manque de confiance en soi, les critiques destructives.

FREEWHEELING ET BRAINSTORMING

Qu'est-ce que c'est ?

C'est une méthode de créativité. Pratiquée par une seule personne, elle est nommée "freewheeling". Pratiquée par plusieurs personnes on l'appelle "brainstorming". Elle se base sur les mêmes principes. Ces deux méthodes permettent à une ou plusieurs personnes de chercher des idées. La séance est conduite par un des participants qui écrit sur un tableau le résultat produit par l'imagination collective.

Comment ça fonctionne ?

1 Préciser clairement le problème

Vous avez besoin d'un sujet précis, quelle est la question, le thème ou l'objectif à atteindre ? Utilisez une question ouverte.

2 Prendre tout en considération

Ne rien critiquer ! Une fois le thème décidé, il faut laisser les participants libres d'exprimer absolument toutes leurs idées (tourner en "roue libre" est la traduction de freewheeling). Laissez les idées telles qu'elles sont "sorties", il ne faut pas les éliminer tout de suite !

3 Défendu de critiquer ou de juger !

Les critiques, les préjugés, les habitudes, la peur d'être ridicule, nous empêchent d'être créatif. Il est important de noter toutes les idées qui viennent car une idée en appelle une autre (association d'idées). Par exemple, vacances appellera les mots mer, montagne, promenade, pique-nique, etc. Si on "visualise" les idées sur un papier, on n'oubliera pas LA bonne idée. L'imagination fonctionne mieux quand elle se concrétise sur une image ou un signe quelconque. Le succès de cette première phase dépend du nombre d'idées recueillies. Plus le nombre d'idées est élevé plus la probabilité de trouver la bonne est grande. On doit se forcer à aller de l'avant… Faire l'effort…

4 Conserver la meilleure idée

Evaluez chaque idée, avalisez-les avant de les conserver ou de les mettre "au rebut". Parfois, vous avez besoin de plusieurs tris. Vous pouvez vous trouver avec plus d'une solution.

Quels sont les avantages ?

C'est la méthode qui se prête le mieux aussi pour être utilisée seule. Créativité = exercices ! Cela nous demande d'être positifs. Développe la confiance en soi, la satisfaction, une meilleure préparation. Mieux décider.

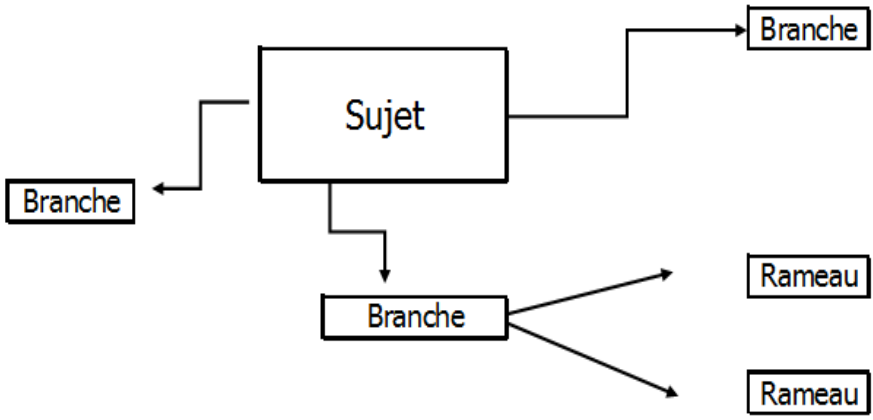
MIND MAPPING

Qu’est-ce que c'est ?

C’est un graphique représentant des idées, des tâches, des mots, des concepts qui sont liés entre eux autour d’un sujet central. Une mind map est une représentation non linéaire qui permet d’organiser ses idées de façon intuitive autour d’un noyau central. L’avantage est de pouvoir transformer une longue liste de tâches en une représentation graphique colorée et attractive, facilement mémorisable et proposant une organisation claire de ses idées. Traduit en français par "schéma heuristique" ou "carte des idées", elle a été élaborée par le psychologue anglais Tony Buzan au début des années 1970. Heuristique vient du grec eurisko qui signifie trouver. Il a conclu qu’il existait un autre moyen de poser sur le papier nos idées, nos pensées, nos réflexions. C’est très simple, on n'a besoin que d’un stylo et d'une feuille ! On le compare souvent à un arbre généalogique. Il est important d’utiliser des mots-clefs et des couleurs. Seuls certains mots-clefs dits "de rappel" sont porteurs de valeur ajoutée. Ces mots-clefs constituent environ 10 % des mots d’un texte ou d’un discours et ont pour propriété de canaliser une série d’images. Ils fonctionnent sur le principe de l’imagination, de l’association d’idées, d’images structurées en 3 niveaux :

- Le cœur, au centre de la page, qui représente le sujet abordé.
- Les branches principales, rassemblent les idées se rapportant au cœur.
- Les branches secondaires, qui émanent des branches principales, venant les illustrer. Il y a autant de niveaux de branches que d'idées ou de sous-thèmes.

Voici un exemple :



BRAIN GYM OU EDUCATION KINESTHESIQUE

Qu'est-ce que c'est ?

Brain gym (littéralement "gymnastique du cerveau") ou éducation kinesthésique est une expression qui vient du Latin "Educĕre" qui signifie "faire ressortir", et de la racine grecque "Kinesis" qui signifie "mouvement".

Il s'agit de mouvements simples et d'activités qui servent à faciliter l'apprentissage. En d'autres termes, "l'éducation kinesthésique", c'est une activité pour élèves de tous âges, qui permet d'activer le potentiel enfermé dans le corps.

Ces mouvements permettent aussi d'accéder aux parties du cerveau à peine utilisées jusqu'alors.

Non seulement les enseignants, mais tout le monde, peut l'utiliser afin d'améliorer la concentration, réveiller "l'énergie", motiver.

Quand l'utiliser ?

Avant, pendant et/ou après une activité, il n'y a pas de règle!

Essayez ! C'est simple, mais efficace !

PENDULE ET RADIESTHESIE

QU'EST-CE QUE LA RADIESTHÉSIE ?

Selon le dictionnaire Larousse : "Sensibilité hypothétique des êtres vivants à certaines radiations, connues ou inconnues. La sensibilité à des radiations. Une manière de percevoir les choses autrement. Exemples d'utilisation de la radiesthésie : localiser un cours d'eau, situer une personne connue sur une carte géographique.

Comment est-ce possible ?

Parce que tout rayonne, émet, vibre ! Emission oui, très faible sans doute, mais bien caractéristique et qui chemine à des distances pratiquement sans limites. Ces influences, on les détecte à l'aide de la connexion avec notre inconscient, si vous préférez, l'esprit. Notre esprit ne ment jamais, c'est notre mental qui interfère !

Avec quel outil ?

Un pendule ou des baguettes (rhabdomancie).

A quoi prêter attention ?

Des rayonnements si faibles et parfois à de grandes distances. On peut se tromper ! Posez-vous la question : c'est logique ? Choisissez avec quelle main vous manipulez votre pendule. J'accorde une importance particulière au fait d'être intègre, d'être en accord avec soi-même, de mener une vie juste. Rédigez votre code éthique ! Créer sa propre méthode

Pourquoi utiliser un pendule ?

Une utilisation pratiquement… infinie. Pour poser toutes les questions qui vous viennent à l'esprit ! Recherche d'un appartement, d'un terrain pour construire, achat de matériaux, tapis, meubles, objets d'art… Mais attention, au bout du compte, c'est à Vous de décider, c'est Votre choix ! Enfin, pour enrichir sa "boîte à outils". Pour avoir le bonheur de ressentir l'Energie à travers ses doigts, s'en émerveiller. Pour confirmer ses intuitions ou infirmer les produits de son imagination. Encore une histoire de… confiance.

Quel pendule choisir ?

L'idéal est de le recevoir en cadeau. C'est vraiment une question de goût, un choix personnel, choisissez le vôtre. Ecoutez-vous. C'est celui qui vous "parle", vous "appelle". En métal, en porcelaine, en pierre, en bois, en plastique, tout convient. Même un bouton avec un fil (si on le perd…). Léger pour l'intérieur (max. 10 à 15 g), plus lourd pour l'extérieur (vent). Quel pendule ? En bois, en métal, quelle couleur ? Ecoutez votre intuition !

Comment tenir un pendule ?

Entre le pouce et l'index, main "nue", sans bague (certaines pierres interfèrent), sans montre (à cause de la pile), ni bracelet. Enlevez de vos poches, clefs, téléphone mobile, porte-monnaie, tout ce qui pourrait influencer. Demandez au pendule quelle est la hauteur idéale pour tenir le fil/la chaînette, si besoin rectifiez la longueur. Quand c'est ok, il tourne positif. Plus c'est court plus c'est rapide ! Faites un nœud à la chaînette/fil pour vous repérer. On peut aussi passer le fil/la chaînette sur l'index. Main droite ou gauche ? Mieux celle qui n'est pas utilisée habituellement. Ne pas écarter les doigts. Les jambes croisées, les résultats peuvent souvent être inversés.

Oubliez si vous êtes préoccupé, nerveux, angoissé, en un mot, dispersé ! A l'aise, détendu, pieds bien posés par terre ! Face au nord, comme la boussole, avec une feuille de papier blanc dessous. Une musique pour la méditation peut aussi aider, ou méditer avant. Les téléphones éteints. Dans un endroit tranquille. Soyez calme et surtout… "patience" !

Comment le calibrer ?

Avec une question : Es-tu prêt ? Après env. 6 secondes, il répond. Attention, il faut un certain temps pour qu'il se détermine, ce n'est pas comme allumer la lumière ! Il peut arriver qu'il parte tout de suite à droite, puis il balance, il tourne, et finalement il balance à gauche. Pour cette raison, pas de conclusion hâtive ! Je n'oublie pas que ce n'est pas un jeu de société, que je peux me tromper, que c'est moi qui décide. Habituellement, pour un homme : sens des aiguilles d'une montre = oui, sens antihoraire = non. L'inverse pour une femme.

Comment le conserver ? Le nettoyer ?

Est-ce vraiment nécessaire ? Dans un sachet discret, certains y ajoutent du soufre (?). Les baguettes : Frappez la pointe sur une de vos épaules, ou touchez le sol avec une extrémité.

Vous ne recevez aucune réponse ?

Reformulez la question ! Pas en forme ? Trop de personnes concernées ? Question mal posée, ni oui ni non, prévision sur l'avenir ? Le moment n'est pas le bon, distrait, pressé, ou affaire pas mûre ? Pour une raison que je ne connais pas… mais que le pendule connaît, et que je comprendrai plus tard!

Des conseils ?

- Maîtrisez votre corps ! Asseyez-vous ! Isolez-vous ! Soyez immobile Quand vous pendulez ! Maîtrisez le mental !
- La méditation peut vous aider.
- Le pendule bien face à vous, au milieu de votre corps, bien centré par rapport à vous.
- Sans lunettes ! Le port de lunettes provoque souvent des décalages. Attention avec la santé ! Mieux vaut consulter un médecin.
- L'intérêt, la passion que l'on porte en soi pour achever les buts, est essentielle. Sinon, mieux vaut faire autre chose.
- Votre sensibilité varie selon les heures. En théorie les meilleures heures sont en milieu de journée, la période où il y a le plus d'ensoleillement. Demandez au pendule !

- Faites-vous confiance, se connaître !
- Ajouter la passion, du plaisir !
- Prenez 4 bouts de papier et écrivez matin, midi, début de soirée, fin de soirée, et demandez au pendule !
- S'exercer ! Les exercices vous profiteront même si vous les ratez.
- Quels que soient les résultats… dites-vous qu'en pratique ce sera mieux.

Pourquoi on réussira mieux en pratique ?

- C'est une éducation du subconscient: = Esprit = Partie divine en nous qui répond plus aux "sentiments" tels que la passion, l'amour…
- Préfère répondre à "du vrai"… Vous réussirez mieux sur tout ce qui est utile, profitable, important.

6 ETAPES S.P.I.R.I.T. POUR UTILISER LE PENDULE

S. silence

Choisir un endroit silencieux où on se sent bien

P. préparation

Attitude positive !
Entrer dans le silence
Patience ! Musique ? Téléphone éteint
J'ai besoin de calme, je suis détendu
= Je veux une neutralité complète
À l'aise, face au nord

I.. intention

Fixer un point, habituellement la pointe de votre instrument
Répond-il ? Oui ? Non ? Pourquoi ?

R... réactive

Réactiver l'Energie, rester dans la simplicité (comme un enfant)
On se donne la permission de recevoir l'info

I... interagir

Oui, "inter-agir"
Ressentir, questionner, pourquoi, pour qui, comment, qu'est-ce que ça veut dire ?

T.. trust

Avoir confiance !!! Ne pas se mettre la pression, pas de compétition.
Accepter d'être juste, de bien faire
On a le droit de se tromper

Ecrivez vos étapes S.P.I.R.I.T. pour utiliser le pendule

EXERCICES

Je vous invite à lire ce livre avant de les faire, vous aurez ainsi une vision "globale" qui vous les rendra plus faciles.

Qui est "Cro-Magnon" ?

L'homme de Cro-Magnon est l'un de nos plus vieux ancêtres. Il vivait il y a environ 35'000 ans. Pour survivre il devait combattre, chasser, il était habitudinaire, et vivait dans des grottes. Depuis, l'homme a beaucoup évolué techniquement ce qui l'a projeté jusqu'à la civilisation du XXIe siècle. Néanmoins, cela ne représente qu'un minuscule laps de temps dans l'évolution. Les liens qui nous unissent à notre ancêtre sont loin d'être cassés ! Ce sont des liens surprenants si on considère les caractéristiques de notre homme de Cro-Magnon.

Pourquoi "l'homme de Cro-Magnon" ?

Pour apprendre à le connaître et apprendre à contrôler ses forces pour les utiliser de manière positive. En faisant ces exercices le "Cro-Magnon" en vous va peut-être se réveiller. Quand la peur sans raison ou la colère monte à la surface, ou quand vous devenez agressif, pensez "Voilà mon Cro-Magnon qui se réveille" ! Si tel est le cas, demandez-vous : Comment utiliser ses forces ? "C'est moi ou c'est lui le Cro-Magnon ?". Utilisez le freewheeling et le brainstorming ! **Attention !** Pas de C.P.D. "Tu dois faire" ou "Tu ne dois pas faire". **Ne** dire **que** des choses positives, ou les tourner en positif ! **Vous** êtes responsables de ce que vous dites ! Votre récipient n'est pas là pour se faire démolir !

POURQUOI CES EXERCICES ?

Les exercices proposés ne sont ni une compétition, ni un concours.

- On a besoin d'une évolution personnelle.

  Faites l'effort de faire, juste d'essayer, "forcez-vous". Maintenant ! Arrêtez de comparer. On ne peut pas tout faire… et surtout pas tout bien faire !
- Ne vous limitez pas à la surface
- Choisissez 3 ou 4 exercices et devenez en le spécialiste, le maitre ! Essayez de creuser, de voir "au-delà". Faite comme les plongeurs. Ils ne restent pas qu'à la surface. Ils descendent au fond. Cherchez, luttez, c'est alors que vous allez faire la différence !
- Poussez-vous à faire, à essayer.
- Ayez un regard et une attitude positive.
- Soyez créatifs, utilisez votre imagination, laissez-vous guider par votre intuition. C'est une question individuelle !
- Réveiller l'imagination, stimuler la créativité, l'intuition, le ressenti. Ce ne sont pas des tests psychologiques ! Ils représentent les bases de la communication médiumnique, c'est donc un domaine très sérieux !
- Essayez aussi de les changer !

Par exemple, à la place d'un petit carré utilisez une feuille A4, ou transformez un carré en rond. Bien sûr vous, pouvez les faire seul ou avec l'aide de quelqu'un.

- Ils permettent d'augmenter "la confiance en soi".

  C'est un exercice de **M.E.C. M**ettre l'**E**go de **C**ôté ! Prenez du temps et surtout du plaisir. Certains sont plus faciles que d'autres. Ne cherchez pas à savoir ou à deviner… vous allez faire tout faux ! Gérez votre "Cro-Magnon" !

- Partez sans attentes ni attendre !

  A mon avis il n'y a pas d'exercices pour débutants ou avancés. On les fait juste pour apprendre ! Tout simplement ! Pour les personnes qui ont plus d'expérience, demandez à vos "Guides", à votre "Team invisible" ¨

Commencez à évoluer !

- Qu’est-ce qui vous retient ?"

_____

- Qu’est-ce qui vous ferait plaisir ?

_____

- Quelque chose ou quelqu’un à pardoner ?

Répondez à ces questions

- Quels seront vos prochains pas dans les 6 mois à venir ?

Plan personnel _____

Plan professionnel _____

- Acceptez vos forces et notez-les ici :

Plan personnel _____

Plan professionnel _____

- Acceptez vos faiblesses et notez-les ici :

Plan personnel _____

Plan professionnel _____

EXERCICES DE MEDITATION

Comment commencer votre première expérience ?

Allumez une bougie. Asseyez-vous sur une chaise en gardant votre dos droit. Détendez-vous et focalisez l'attention sur la bougie pendant 10 minutes.

Observez les couleurs, la lumière et quand des pensées viennent à l'esprit, reportez votre attention vers la bougie. Déplacez le corps lentement dans différentes directions. Restez encore tranquille pendant 3 minutes et soyez conscient de votre respiration.

Votre première expérience de méditation peut sembler étrange ou…exotique.

Peut-être avez-vous du mal à comprendre de quoi il s'agit. Je vous invite à continuer.

Pensez...

- Mon souffle est un pont entre mon mental et mon corps.
- Je suis conscient de chaque petite sensation physique.
- Utiliser une méthode de comptage
- Peut s'avérer très utile lors des premières minutes de méditation. Si votre mental commence à vagabonder, pas de souci, recommencez dès le début !
- Compter mentalement de 1 à 10. Au chiffre impair vous ouvrez les yeux, au chiffre pair vous fermez les yeux. Commencez avec les yeux ouverts. Après la première série (1 à 10) vous aurez les yeux lourds ou fatigués. Reprenez encore une fois le même exercice.
- Inspirer par séries de 3 fois (gonfler les poumons en comptant "1,2,3" et relâcher, compter de nouveau "1,2,3", et ainsi de suite).
- Inspirez en 4 temps = Inspirez en comptant "1.2.3.4". Expirez en comptant "1.2.3.4".

Quelle position ?

- De préférence assis, je déconseille la position du lotus. et celle "couché".
- Dos droit à 90 degrés, pas de Tour de Pise !
- Ne pas croiser les jambes ni les bras.
- Les pieds bien posés par terre (utiliser un repose-pied).
- Essayer différentes orientations, chaises, endroits, nord, sud…

La respiration

- Cherchez votre rythme de respiration : inspirez-expirez-pause.
- Répétez-vous mentalement :

  Je respire plus profondément.

  Je respire plus lentement.

  Je respire plus complètement.
- Focaliser sur la respiration, se regarder, se sentir, respirer.
- Respirer profondément, gonfler les poumons 2 ou 3 fois.
- Respirer avec le ventre.

- Respiration intercalée : inspirer par la narine droite Puis la narine gauche et vice versa.
- Inspirer par le nez et expirer par la bouche.
- Inspirer/expirer avec la narine gauche
- Inspirer/expirer avec la narine droite.
- Inspirer de la couleur rouge,
- inspirer de la couleur bleue.
- Inspirer plus profondément que d'habitude.

Les visualisations

Il s'agit de fixer l'attention sur quelque chose, de fixer sa forme, sa matière, attention juste focaliser et faire "UN", former un tout.

- Focalisez un point rouge (ou une autre couleur) devant vous (à 10 cm de votre nez)
- Visualisez un point de la pièce avec les yeux ouverts.
- Observez la flamme d'une chandelle.
- Imaginez-vous être une fleur ! Tournez-vous intérieurement vers le soleil, comme le tournesol…
- Imaginez-vous monter ou descendre des escaliers.
- Les bulles de savon, elles viennent, s'en vont, disparaissent.
- Quelle est ma prochaine pensée ? attendre.

La contemplation

- Observez, ressentez les différentes énergies en vous. Les impulsions viennent comme les ondes, identifiez-les.
- Soyez conscient du tout, laissez parler le silence !
- Contemplez.
- Je suis une feuille… sur l'eau.
- Imaginez que vous êtes un lac, sa surface et sa profondeur.
- Imaginez une montagne et sentez-vous enraciné, massif et immobile les bras sont ses flancs, la tête, son sommet ; le corps, l'ensemble majestueux de la montagne. Alors, magnifique comme une montagne, restez assis immobile, ignorant l'alternance du jour et de la nuit, les changements des saisons, les variations du temps.
- Imaginez un magnifique jardin ou un endroit magique.
- Au milieu du désert, dans une oasis, assis sur du sable.
- Une soirée d'été avec la pleine lune.
- Au bord d'une rivière, dans une forêt, sur un bateau, etc.

Le mantra

C'est répéter plusieurs fois un mot, une phrase, un son, même une combinaison de tout cela. Un mot ou une phrase courte qui vous inspire. Quel mantra choisir ? Ça dépend de sa sensibilité, de la tradition, de la culture dont on est le plus proche.

La méditation couchée

Idéale dans la nature. La méditation couchée n’est pas pour tout le monde ! Il n'est pas simple de méditer couché tout en restant éveillé, difficile de ne pas tomber dans le sommeil.

La méditation marchée

Pourquoi je me rappelle d'Aristote ? Le lycée fondé par Aristote en 335 avant J.C. est considéré comme la première école secondaire dans l'histoire de l'humanité. Une légende raconte que le nom "péripate" (du grec "peri", se promener autour et "pàtos", pieds) vient de l'habitude d'Aristote d'enseigner en marchant pour transmettre à ses disciples d'aimer tout ce qui est le monde et de les laisser absorber l'essence de la nature. Marcher est une excellente façon de méditer et un complément à celle pratiquée immobile. Soyez simplement conscient que vous marchez, sans vous laisser distraire, à un rythme lent et normal. Marchez suivant une ligne droite, dos et nuque bien droits. Cette forme de méditation a pour but de vous reconnecter à vous-même ! Prenez conscience de vos pieds, votre cheville, la plante de votre pied, à chaque pas remarquez les sensations.

Marchez comme si vous embrassiez le sol !

"2 pas en avant, 1 pas en arrière"

La même chose mais en avançant en faisant 2 pas en avant et un en arrière.

"La marche accompagnée"

2 à 5 personnes marchant en parallèle.

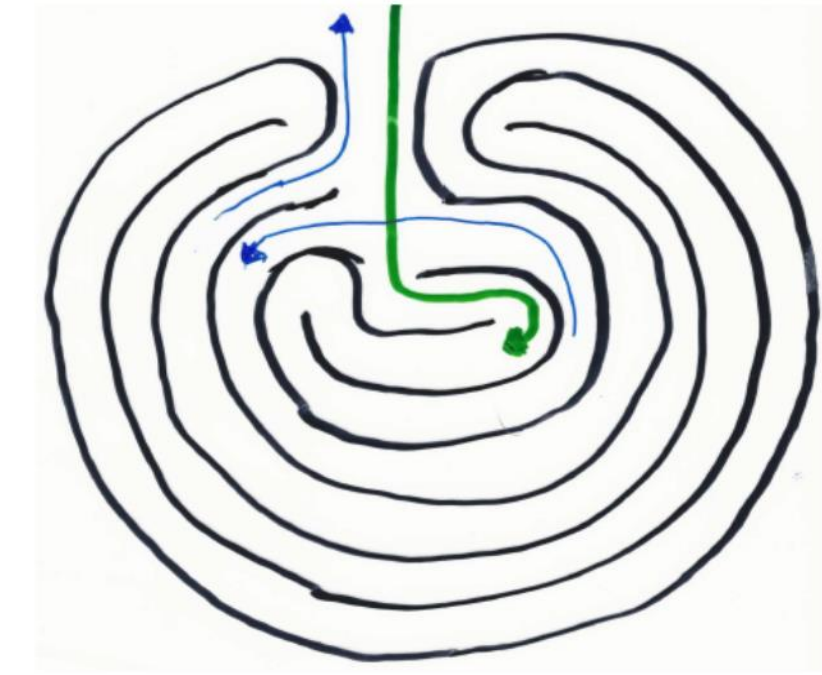
La personne du milieu "guide" les autres.

"Le labyrinthe"

C'est une autre variante de la méditation marchée. Dessinez le labyrinthe ci-après sur le sol, avec une craie. Avant de commencer, restez un moment dans le silence pour vous préparer. Marchez très lentement en suivant le sens indiqué par les flèches sur le schéma. Avant de partir, posez-vous une question, la réponse vous l'aurez à la sortie ! Important, marchez lentement et en conscience !

Sortie

Entrée



N'oubliez pas de laisser une largeur d'environ 50 à cm car on doit pouvoir y marcher !

Méditation dans le silence

En groupe ou individuelle. Essayez, vous comprendrez !

Méditation "J'ouvre les portes…"

La personne ne parle pas et devra se souvenir de tout à la fin. Amenez la personne dans la relaxation. A l'aide de l'imagination demandez-lui de descendre les 5 marches d'un escalier. Elle se retrouve dans un endroit où il y a 3 portes.

Demandez-lui :

- D'ouvrir la première porte et de décrire mentalement et se rappeler ce qu'il y a à l'intérieur.
- D'ouvrir la deuxième porte et de décrire mentalement et se rappeler ce qu'il y a à l'intérieur.
- D'ouvrir la troisième porte et de décrire mentalement et se rappeler ce qu'il y a à l'intérieur.
- Sur une table il y a un objet. Quel est cet objet ? Comment est-il ? La personne peut choisir de le prendre ou non.

Tout ça veut dire quelque chose ? Bien sûr ! La solution à la fin du livre.

Méditation "Ressentir mes besoins"

Commencez la méditation comme d'habitude. Connectez-vous avec vous-même.

Demandez-vous : quels sont mes besoins ?

Variante

Écrivez ce que vous ressentez maintenant aux niveaux :

- Mental :

_____

- Emotionnel :

_____

- Physique :

_____

- Spirituel :

_____

Méditation avec les couleurs

Mettez-vous en état de méditation. A l'aide de votre imagination, visualisez une lumière d'une des couleurs indiquées ci-dessous et qui descend à partir de la Source. Imaginez que cette lumière pure entoure tout votre corps et touche chacune de vos cellules. Restez entouré par cette lumière quelques instants.

Prononcez mentalement la phrase indiquée à côté de chaque couleur. Pour finir, visualisez la lumière repartir par où elle est arrivée. Répétez l'exercice pour chaque couleur.

Rouge	Ma force et ma confiance augmentent.
Orange	Je ressens ma vie pleine de joie.
Jaune	Je sens mon corps plein de vie.
Vert	Je suis dans la relaxation, la paix et l'harmonie.
Bleu	Mes pensées, mes émotions, sont nettoyées.
Violet	Je guéris mon corps, mon mental, mes émotions.

La méditation "Souvenirs"

S'assoir dans le silence, le calme et penser plusieurs fois de suite :

- "Je suis comme je suis."
- "Ce que je veux être, je le suis déjà.
- "Ce que Dieu aime que je sois, je le suis (Like to be)."
- "Je suis différent" (un pauvre monde si nous étions tous les mêmes !).
-

Deux variantes pour ceux qui peuvent se "connecter".

- "Connectez-vous" à la Puissance et remerciez vos chers défunts dans le MONDE SPIRITUEL. Rappelez-vous des souvenirs communs, des bons moments passés ensemble.

- Ressentez votre Guide : Qui est-ce ? Que fait-il ? Quels sont ses intérêts ? Quels sont ses besoins ?

EXERCICES AVEC LE PENDULE

Rappel

Habituellement pour un homme :

- A droite (sens des aiguilles d'une montre)
  = oui

- A gauche (sens inverse des aiguilles d'une montre)
  = non

Sur une main de femme, vous obtiendrez l'inverse !

Demandez un mot

Comment ça marche ?

Passez votre pendule sur chaque lettre en demandant une lettre, puis une autre, afin de former un mot :

A	**B**	**C**	**D**	**E**
F	**G**	**H**	**I**	**J**
K	**L**	**M**	**N**	**O**
P	**Q**	**R**	**S**	**T**
U	**V**	**W**	**X**	**Y**
Z				

Sur la main

Comment ça marche ?

- Positionnez le pendule sur le dos d'une main (paume en bas): Il tourne dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Positionnez le pendule sur l'autre main que vous tenez verticale, le pouce en haut : Il balance.
- Retournez cette même main, la paume vers le haut : Il tourne dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
- Fermez le poing : Il s'immobilise.

Cherchez la carte noire

Prenez 4 cartes rouges et une noire.

A l'aide de votre pendule cherchez la noire.

Sel, poivre et sucre

Mettez le pendule sur le sel et attendre qu'il tourne à droite. Idem sur du poivre, attendre qu'il tourne à gauche. Mettez votre pendule au-dessus d'un sucrier et laissez "tourner". Sans rien penser, éloignez-vous du sucre… retournez et regardez la différence. A répéter plusieurs fois. Il peut arriver qu'il parte tout de suite à droite, il balance, il tourne, et finalement il balance à gauche. Pour cette raison, pas de conclusion hâtive !

**EXERCICES POUR LA CREATIVITE,
LA MEDIUMNITE…**

"Deux animaux, la mer, la montagne et un mur… "

Comment ça marche ?
Un exercice pour rire, mais… soyez discipline: répondez à ces questions exactement dans l'ordre. Répondez aux questions. Ecrivez tout ce qui vous vient en tête, sans réfléchir, mais avec au moins 3 adjectifs.

- Quel animal aimez-vous le plus ?

Réponse _____

- Quel deuxième animal aimez-vous le plus ?

Réponse _____

- Vous préférez la mer ou la montagne ?

Réponse _____

- Si je vous demande de penser à un mur…

Réponse _____

Plus vous écrivez mieux c'est ! Relisez ce que vous avez écrit. Vous pouvez encore compléter. Explications à la fin du livre !

"Si j'étais un… "

Comment ça marche ?

Je vous donne un exemple et vous allez tout comprendre ! Si j'étais un oiseau (moi, Daniele) je serais… un pingouin ! Parce que… il vit dans les pays froids (j'habitais St. Moritz à 1'850 mètres d'altitude, en une matinée d'août il pouvait tomber 30 cm de neige ! Il aime l'eau (comme moi et en plus je suis Verseau). Il est toujours bien habillé, il porte un frac (à la banque on était tous sur notre 31, nippés "costar-cravate" toute l'année). Il a les jambes courtes (comme moi…). Il est blanc et noir (les couleurs de mes équipes favorites de hockey et de football, les "Bianconeri". Et puis avec moi c'est… ou blanc ou noir…). Il reste sur la banquise à regarder l'infini… (moi, c'est sur ma chaise que je travaille avec l'Infini…). Le pingouin a-t-il l'air sympa ? Oui, comme moi !

Et maintenant à vous !

- Si j'étais un oiseau, je serais

  Parce que

- Si j'étais un objet, je serais

  Parce que

- Si j'étais un animal, je serais

  Parce que

- Si j'étais une chanson, je serais

  Parce que

- Si j'étais un/une……, je serais

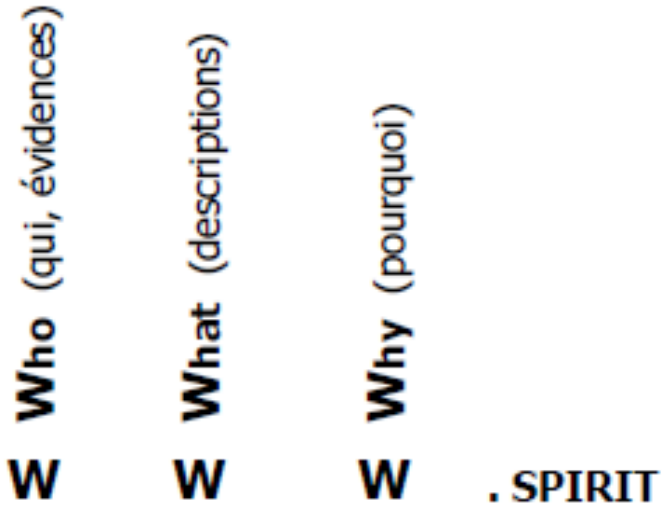
  Parce que

Variante à deux :

Faites la même chose, mais cette fois pour votre partenaire.

"www.spirit"

Qu'est-ce que je veux dire par www.spirit ?



L'Esprit est juste Vibration, Amour, rien ne reste attaché. "Feel" (ressentir) la personnalité, les souvenirs. Inviter l'Esprit plus près. Lui souhaiter la bienvenue. Dis-moi, parle-moi...

Maintenant... à vous !

Imaginez pour un instant que vous êtes un Esprit.

Un de vos proches sur Terre est en train de consulter un excellent médium :

- Qu'est-ce que vous allez communiquer à ce médium ?
- Quelles sont les évidences que vous allez donner pour que votre bien-aimé(e) puisse vous reconnaître à coup sûr ?
- Quels souvenirs allez-vous raconter ?
- Quels faits ?
- Comment voulez-vous qu'on se rappelle de vous ?

"Il était une fois…"

Comment ça marche ?

Imaginez que vous devez écrire une histoire dont le personnage principal est votre récipient…

Il était une fois un (une) _____

Qui

_____

Que

_____

Au début il (elle) a trouvé _____

Avec le temps _____

Tout à coup _____

Dans l'ensemble le plus gros défi était _____

Il (elle) rêvait de _____

Et à la fin _____

"La liste"

Comment ça marche ?

Choisissez votre récipient. A l'aide du schéma ci-dessous, parlez de lui.

Laissez-vous aller en écrivant ! Laissez travailler les sensations.

IL A / IL EST	
Caractère	
Travail	
Famille	
Santé (attention à ce que vous dites !)	
Biens matériels	
SES BESOINS	
Emotionnels	
Spirituels	
Matériels	
IL VOUDRAIT	
Sur le plan matériel	
Sur le plan émotionnel	
Sur le plan spirituel	
Sur le plan personnel	

"Le détective"

Comment ça marche ?

Asseyez-vous confortablement sur une chaise. Fermez les yeux. Votre récipient va s'assoir derrière vous, dos à dos. Commencez à ressentir l'énergie qui vient de la personne.

Le médium doit apprendre à être curieux… à tout vouloir savoir du récipient.

- Essayez de décrire son enfance, son adolescence...

  Quels événements, quels éléments l'ont influencé ? (par ex.: père toujours en voyage, habitait à la campagne, etc.).

- Parlez de son présent...

Son entourage ? Enfants ? Seul ? Marié ? Ville ou campagne? Travail ? Besoins ? Rêves ?

Attention à ne pas amplifier le négatif ! Et... jouez au détective !

Variante A

Demandez à votre récipient d'écrire le prénom d'une personne vivante qu'il connaît et répétez l'exercice.

Variante B

La même chose, mais avec une personne dans le MONDE SPIRITUEL.

"Le titre d'un…"

Comment ça marche ?

Regardez l'exemple ci-après. Pensez à votre récipient et sur une feuille, écrivez :

Au centre, le titre d'un film.

Autour, ce qui est en rapport avec le film, des mots tels que les noms des personnages, des acteurs, d'une ville, tout ce qui vous vient.

Une fois terminé, prenez la feuille comme "support" pour parler de votre récipient. Utilisez tous les mots que vous avez écrits tels quels et/ou comme symboles.

Exemple : **Forrest Gump,** il a remporté **6 Oscars**.

Ils sont 6 en famille ?

Un ami s'appelle Oscar ? A-t'il reçut un prix ?

"Forrest" (= forêt) = Il habite près d'une forêt ?

Variante

Vous pouvez faire la même chose avec le titre d'un opéra, d'un livre, d'une fable, d'un conte de fées, d'une chanson, etc.

"L’horloge"

Comment ça marche ?

Transformez un cercle en un cadran d'horloge. Il suffit simplement d'ajouter les chiffres. Maintenant... transformez les chiffres, dessinez ou écrivez quelque chose en couleur : un objet, une forme, un prénom, etc. Choisissez un récipient et interprétez les dessins ou les mots à l’aide de votre intuition.

Exemple:

"Couleur et chiffre de naissance"

Comment ça marche ?

Faites la somme des nombres composant votre date de naissance ou celle d'une autre personne. Vous obtiendrez un chiffre de 1 à 9 qui représente votre chiffre de naissance.

Comment trouver le chiffre de naissance ?

Cherchez le chiffre que vous avez obtenu dans le Tableau des chiffres de naissance ci-après. Vous y trouverez vos potentiels et vos défis de vie.

Comment trouver la couleur de naissance ?

Avec votre chiffre de naissance, cherchez dans le Tableau des couleurs de naissance ci-dessous. Vous y trouverez deux couleurs, l'une correspondant à vos potentiels (positive, "+") et l'autre à vos défis (ce qui est à transformer en positif, "-").

Exemple :

Date de naissance **23.12.1962**

Jour	Mois	Année
2 + 3 = **5**	1 + 2 = **3**	1 + 9 + 6 + 2 = 18 → 1 + 8 = **9**

Additionnez les résultats obtenus ci-dessus, soit :

5 + 3 + 9 = 17 → 1+7 = **8**

8 est le chiffre de naissance.

Argent et **vert** sont les couleurs de naissance.

Si le chiffre total est supérieur à 9, additionnez les nombres jusqu'à l'obtention d'un chiffre compris entre 1 et 9.

Exemple :

29 → 2 + 9 = 11 → 1 + 1 = **2**

Tableau des couleurs de naissance

Chiffre	+	-	Potentiels et défis
1	Rouge	Bleu	La volonté du succès, détermination, ambition
2	Orange	Indigo	Créatif, expressif, énergie psychique, semble confiant, foyer, se sent bien à la maison, invite, se donne, force timide, s'exprime en ayant confiance en soi
3	Jaune	Violet	Mental, besoin de savoir, sagesse, connaître, de nouvelles idées, intelligence, toujours à la recherche
4	Vert	Argent	Harmonie, compassion, doit donner, guérisseur, toujours besoin d'équilibre
5	Bleu	Rouge	Intuitif, besoin de communiquer, de parler et de partager les connaissances
6	Indigo	Orange	Responsable, bon organisateur, prend des responsabilités, prouve, utilise son pouvoir consciemment, beaucoup de connaissances
7	Violet	Jaune	Intuitif, inspiration, problème avec ses idées élevées et son standard, sensible
8	Argent	Vert	Bon équilibre esprit/matériel, unifie conscience /sagesse, sait utiliser la puissance, leader
9	Jaune doré	Magenta	Service, bénévolat, donne sans attente, besoin d'être pour les autres

Regardez à quoi correspond la couleur dans les autres pages de ce livre.

Tableau des chiffres de naissance

1	Potentiel	Leader / nouveau départ
	Défi	L'autonomie et la responsabilisation
2	Potentiel	Diplomate / travail en groupe, 1 à 1, la relation est importante dans le couple
	Défi	Apprendre à travailler en équipe, trouver sa place
3	Potentiel	Artiste / inspiration / créatif
	Défi	S'exprimer, expression
4	Potentiel	Construire / service /
	Défi	Travail dur, chercher les fondements
5	Potentiel	Communicateur / volonté de faire tout ce qu'il a envie de faire
	Défi	Se libérer à travers la communication, liberté (de parler)
6	Potentiel	Professeur / enseignant à la maison, maison, famille
	Défi	Famille, maison, leçon
7	Potentiel	Individualiste, spirituel, mystère
	Défi	Chemin spirituel
8	Potentiel	Mettre des objectifs, argent ($), matériel, équilibre psycho-spirituel
	Défi	Se fixer des objectifs (Goal-setter), réussir des plans mais philanthropiques
9	Potentiel	Humaniste / fin des choses, on reprend à 1, changement
	Défi	Les défis

"Dessinez des symboles"

Le but ?

Développer votre imagination.

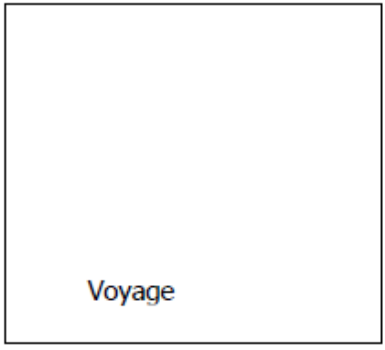
Comment ça marche ?

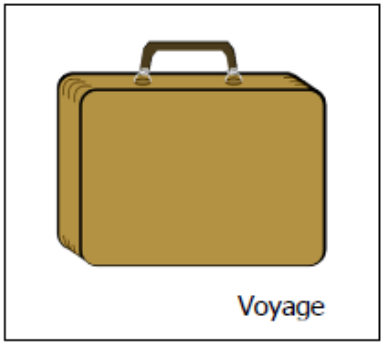
Dans chaque carré de la page suivante, vous trouverez un mot.

Dessinez quelque chose qui vous rappelle ce mot de sorte que quand vous regardez le dessin, tout de suite vous pensez à ce mot. Commencez par le mot qui vous parle le plus, celui qui vous semble le plus facile, et continuez.

Naturellement vous pouvez ajouter d'autres carrés…

Par exemple :





Voyage = je dessine…. une valise.

Variante

A deux, demandez au MONDE SPIRITUEL de vous donner un symbole pour votre partenaire.

Dessinez-le. Puis interprétez-le. Pourquoi vous-a-t-on donné ce symbole ? Parlez de la personne !

Musique	**Joie**	**Colère**
Amour	**Force**	**Lenteur**
Tristesse	**Aide**	**Péril**

Quels sont vos symboles ? Vos mots ?

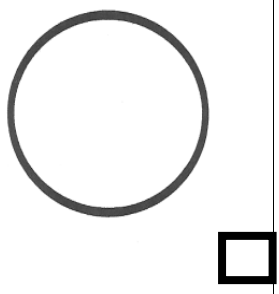
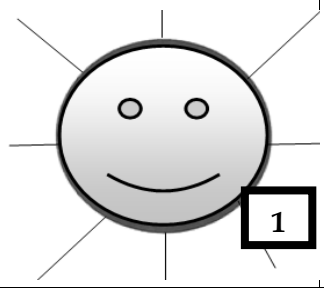
"Transformez les symboles"

Comment ça marche ?

A deux ! Utilisez le module suivant.

Chacun regarde sa feuille avec les symboles. Par quel symbole êtes-vous attiré ? Commencez à dessiner, transformez, coloriez le signe noir à l'intérieur du carré. Que ressentez-vous ? Essayez d'interagir avec ce symbole/signe. Continuez de la même façon pour tous les autres symboles. Un dessin pour chaque carré. Une fois le dessin terminé, on doit encore distinguer le contour noir du départ. **Utilisez des couleurs**. Cela fera partie intégrante de votre chef-d'œuvre ! Notez dans le petit carré en bas à droite, l'ordre dans lequel vous avez choisi les dessins.

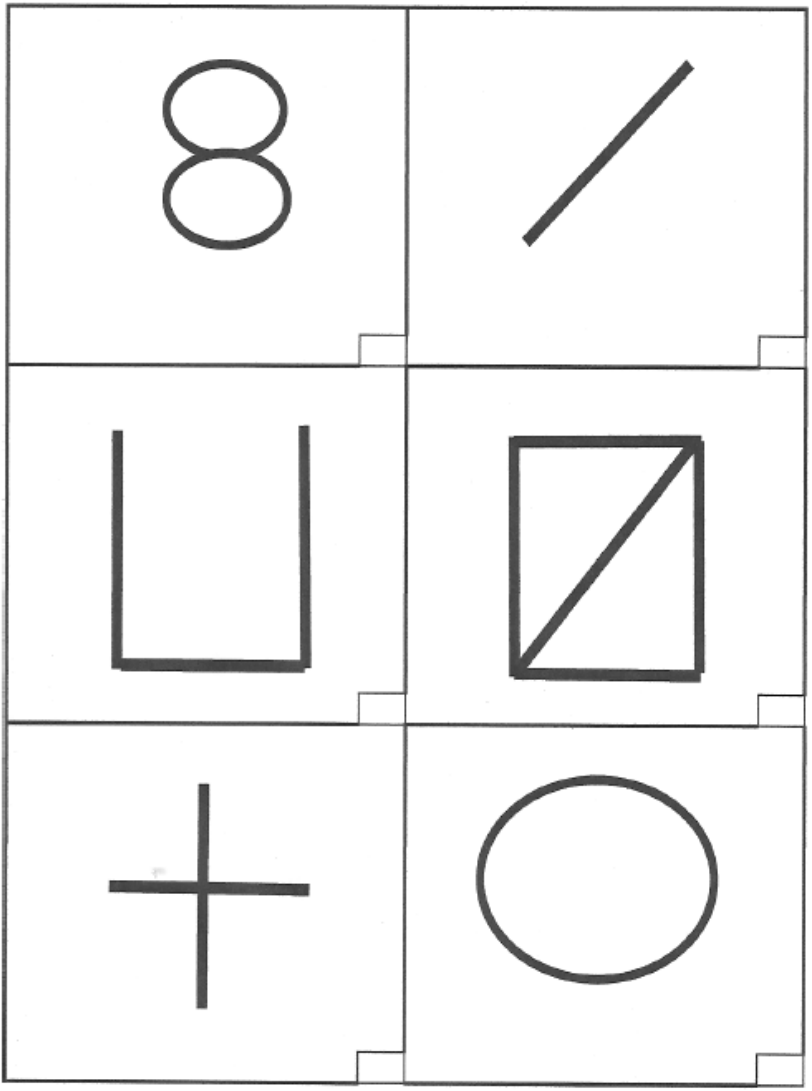
Exemple :

<table>
<tr>
<td>  </td>
<td>Vous avez choisi cette forme en premier parmi les 6 proposées ci-après. Transformez ce symbole tout en respectant sa forme, c'est-à-dire que le cercle du départ soit toujours visible et que tout reste dans le carré. Je n'ai pas mis de couleurs pour ne pas vous influencer. Essayez de faire une autre forme !</td>
</tr>
<tr>
<td> 
</td>
<td>Que noter dans le cartouche en bas à droite ?

L'ordre dans lequel vous avez commencé à remplir les formes.

(Ici la 1ère choisie donc n°1)</td>
</tr>
</table>

Une fois que tout est terminé, avec des couleurs, échangez les dessins et commencez à interpréter le dessin de votre partenaire. Demandez-vous pourquoi telle ou telle forme, pourquoi cet objet, cette dimension ? La couleur claire ou foncée ? Vieux, jeune ? Petit, grand ? Interagissez avec votre intuition ! Qu'indique l'ordre choisi pour les dessins ? Il vous indiquera les priorités, au moment présent, de la personne qui a dessiné. Amusez-vous ! Demandez à votre Team Invisible ! C'est plus amusant quand chaque forme est agrandie.



Que signifient ces symboles ? Explications à la fin du livre !

"Les 3 symboles…

Comment ça marche ?

Chaque participant se "connecte" à son "Team" du MONDE SPIRITUEL.

Chacun demande 3 symboles pour le récipient :

- Le premier symbole est lié au caractère.
- Le deuxième est lié à la profession.
- Le troisième est lié à ses rêves, à son/ses potentiel/s.

A l'aide de ces symboles, chacun décrit le récipient.

"Les 8 mots"

Comment ça marche ?

Choisissez une personne. À coté de chaque mot, dessinez un symbole pour elle :

1. Caractère
2. Mois
3. Nom
4. Endroit
5. Chiffre
6. Animal
7. Travail
8. Année

Une fois terminé, parlez de votre récipient. Pourquoi avez-vous choisi ces symboles ?

Variante

La même chose mais sans les symboles, allez-y directement!

"Répondez à 7 mots"

Comment ça marche ?

Pensez à votre récipient.

Mettez une réponse après chaque mot. Expliquez ensuite pourquoi vous avez choisi cette réponse.

Travaillez avec la Puissance. Demandez, ressentez.

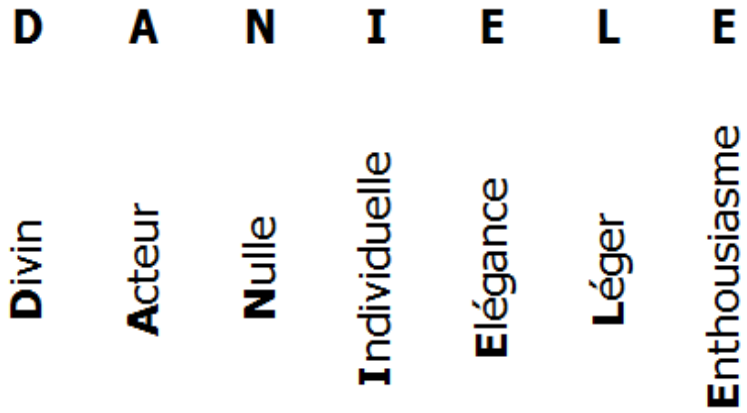
1. Un prénom _____
2. Un chiffre _____
3. Un animal _____
4. Un caractère _____
5. Un travail _____
6. Un endroit _____
7. Un rêve _____

Ce que vous avez écrit peut-être pour le récipient, son ami, un membre de sa famille, un ami de ses amis…

"Le prénom"

Comment ça marche ?
Ecrivez le prénom de votre récipient.
A l'aide de votre intuition ajoutez pour chaque lettre un mot.
Laissez-vous aller en écrivant !
Parlez de votre interlocuteur en utilisant les mots comme support pour vous aider.
Laissez travailler les sensations.

Exemple :



Variante A

Quand vous avez terminé, demandez à votre récipient d'écrire le prénom d'une personne vivante qu'il connaît et répétez l'exercice.

Variante B

La même chose, mais avec une personne dans le MONDE SPIRITUEL.

"Le catalogue de voyages"

Comment ça marche ?

Ecrivez 10 titres de voyages imaginaires qui ne sont pas encore dans les catalogues des agences de voyage ! On les verra peut-être dans 100 ans ou peut-être jamais.

Les premiers seront faciles à trouver, mais ne vous arrêtez pas et efforcez-vous d'arriver au dixième. Là est le but, déverrouiller votre créativité.

Bon voyage !

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

7. _____

8. _____

9. _____

10. _____

"La pizza"

Préparation

- Emietter la levure dans l'eau et mélanger
- Incorporer l'eau, la farine, le sel et le bicarbonate
- Le mélange doit devenir élastique
- Laissez gonfler à couvert à 30 degrés pendant 40 minutes
- Pétrir avec force pendant au moins 10 minutes
- Recouvrir la plaque à four avec du papier sulfurisé
- Aplanir la pâte gonflée avec les mains
- Piquer la pâte à l'aide d'une fourchette
- Disposer les ingrédients sur la pâte : d'abord le jambon, la sauce tomate (pas aqueuse) par-dessus, puis sur les tomates, les légumes cuits ou crus (à l'huile pas au vinaigre)
- Laissez gonfler encore la pâte pendant 40 minutes
- Ajouter l'origan, le basilic et l'huile d'olive en fin de cuisson

Vous voulez quelques... C.P.D. ?

- Eau froide en été et tiède en hiver
- Laisser monter la pâte dans un bol pas en métal et le couvrir
- Ajouter la mozzarella (et le fromage) environ 5 minutes avant la fin de la cuisson (vous évitez l'eau) sur la partie qu'on consomme
- "Essuyer" l'eau de la mozzarella à l'aide d'un papier ménage

• Pour éliminer les restes de pâte, saupoudrer de sel et bien frotter avec les mains. Passer une éponge humide et sécher.

Comment la cuire ?

Poser la plaque à gâteau sur la grille, dans le bas du four, **froid !**

Laisser cuire environ 35 minutes. Ne pas ouvrir la porte du four avant 25 minutes de cuisson au minimum.

Mais le jeu ?!!!

Comment ça marche ?!

Maintenant que vous avez la recette, commencez…

Demandez à vos invités de s'imaginer être la farine, le sel, la levure…

Chacun avec son imagination "mimera" les ingrédients. Bien sûr une personne peut "être" plusieurs ingrédients.

A plusieurs vous "jouerez" la table, le four, voire la cuisinière…

Amusement garanti… Aussi pour les enfants !

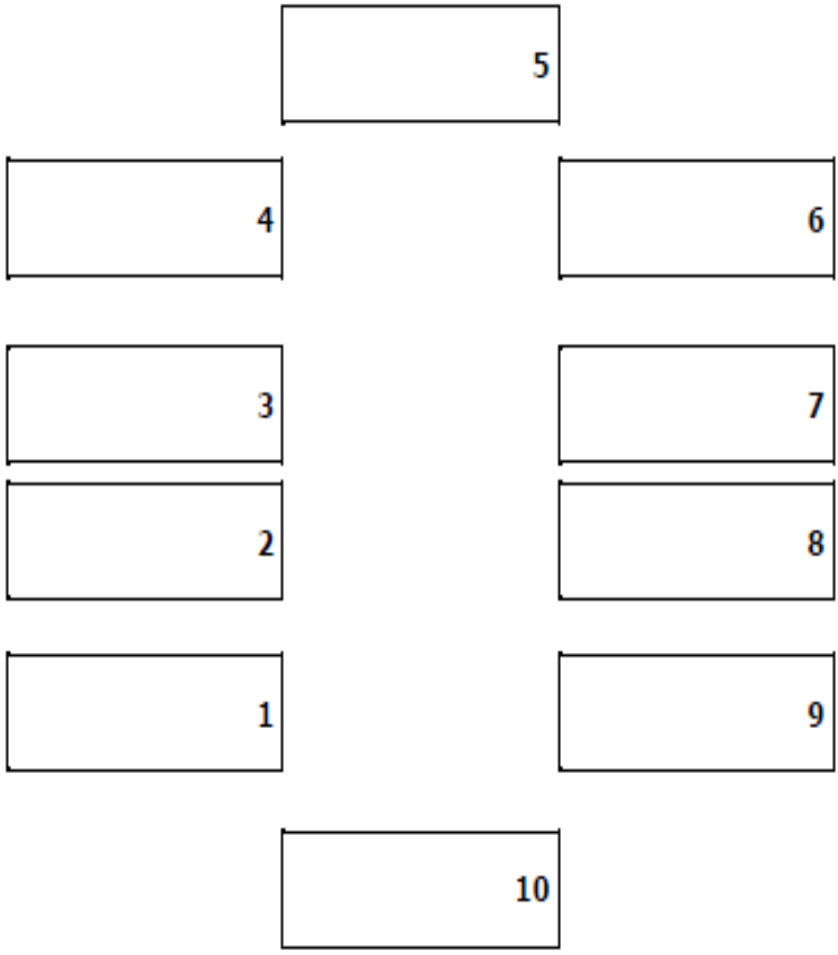
"Lecture de l'aura"

Comment ça marche ?

- Ecrivez sur un morceau de papier, 7 ou 8 prénom de personnes adultes que vous connaissez bien, ou demandez à un ami d'écrire le prénom d'une personne qu'il connait très bien.
- Choisissez-en un au hasard et pliez ce papier en 4 sans regarder le nom.
- Sur le schéma aura à colorier ci-après, ajoutez une couleur dans chaque forme, remplissez-la entièrement ou seulement une partie. C'est un peu comme redevenir un enfant, ajouter de la couleur à chaque forme.
- Vous pouvez commencer par le numéro de la forme et ensuite la couleur ou vice-versa.
- Faites comme vous "le sentez". Laissez partir votre imagination, laissez-vous inspirer, laissez-vous guider par votre intuition.
- Simplement, faites-vous confiance et coloriez sans vous soucier de quoi que ce soit !
- Au début c'est plus facile avec une seule couleur par case.
- Une fois votre "œuvre" terminée, choisissez une des formes.

- A quoi correspond cette couleur ? Observez la couleur…
- Pourquoi l'avez-vous choisie ?
- Commencez à faire une lecture de l'aura. Faites-le par écrit. Amusez-vous ! Vous serez surpris !
- Chaque couleur, chaque position, a une signification particulière. Lire l'aura, c'est apprendre à lire les couleurs.
- A la fin, regardez le nom de la personne et comparez avec ce que vous avez écrit.

Schéma aura à colorier



Que signifient ces positions ?

Solution à la fin du livre.

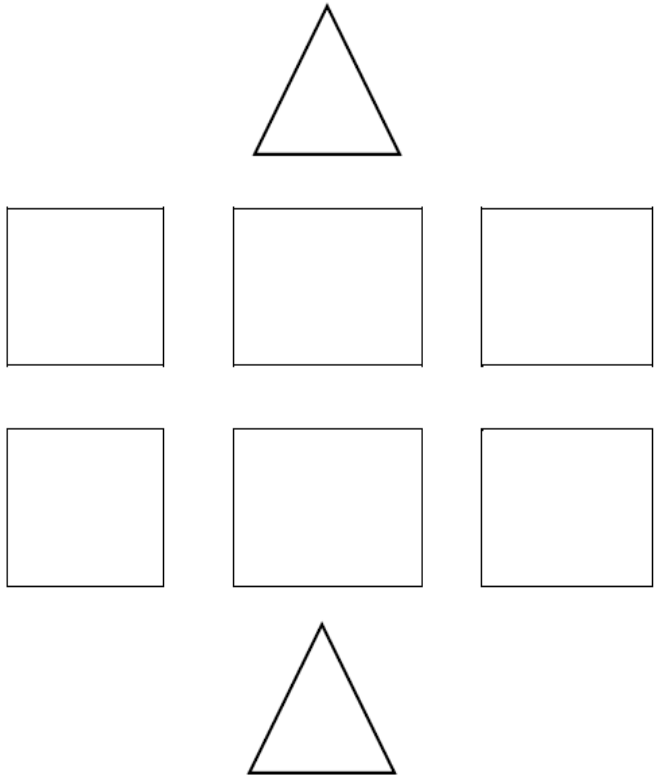
Quelles sont vos formes, vos positions ?

Dessinez-les sur une autre feuille.

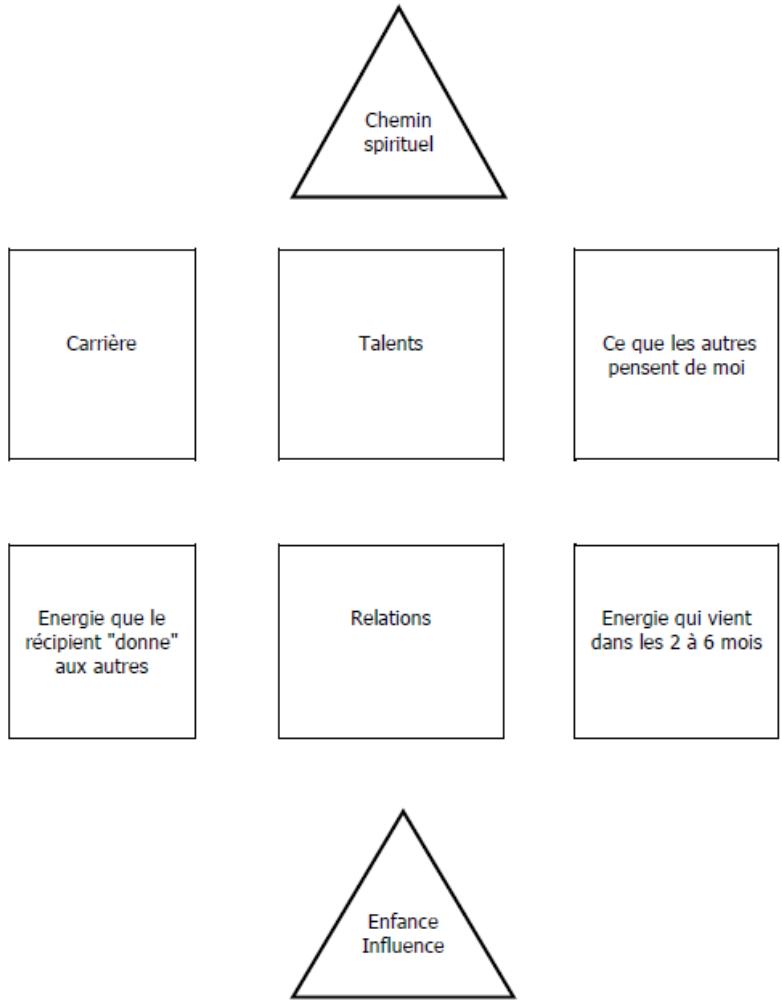
"La pyramide"

Comment ça marche ?

Ressemble à la "Lecture de l'aura" ci-dessus. Choisissez votre récipient ou utilisez des feuilles de papier (comme précédemment). Coloriez chaque dessin. Vous pouvez aussi insérer des symboles. Une fois terminé, commencez votre lecture à l'aide de la signification des positions sur le schéma suivant.



Signification des positions



Comment est votre feuille ?

Comment sont vos phrases ?

"A la rencontre des besoins"

Comment ça marche ?

A l'aide des deux schémas ci-dessous, cherchez 3 ou 4 besoins de votre récipient.

Mental
Physique
Emotionnel (expérience, feeling)
Spirituel
Religion
Guérison (attention !)

Famille
Travail
Maison (foyer)
Finance
Santé
Relation
Direction spirituelle

Exemples :

Il pense vouloir fonder une famille ? (**Mental)**

Il se trouve au chômage, vit un deuil (**Emotionnel**) ?

Il a fait une nouvelle rencontre (**Relation)** ?

"Psychique ou Monde Spirituel ? "

Comment ça marche ?

Exercice à faire à 2, respectivement le récipient **A** et le médium **B**.

Que fait (A) ?

(A) écrit sur une feuille le nom de quelqu'un qu'il connait très bien, vivant ou décédé, et appelé ci-après "récipient", ainsi que 4 ou 5 évidences qu'il voudrait que (B) lui donne (comme dans une consultation).

Prénom du récipient
Evidence 1
Evidence 2
Evidence 3
Evidence 4
Evidence 5

Que fait (B) ?

(B) à l'aide de son intuition et/ou du MONDE SPIRITUEL, donne le plus d'évidences possibles sur la personne choisie par (A), en commençant par donner celles qui ont été écrites (dans évidences 1, 2, etc.).

Que fait (A) des évidences reçues ?

Il les sépare dans cet ordre :

- Evidence requise pour le récipient.
- Evidence juste, en rapport avec le récipient.
- Evidence juste, mais pas en rapport avec le récipient

  (= pour une autre personne qui lui est proche).

Si elles ne sont pas en rapport avec le récipient, on est en présence d'une évidence qui n'est pas venue du MONDE SPIRITUEL mais du niveau psychique. Le médium les a prises dans son propre mental = imagination !

Après, que fait (B) des évidences ?

Il réfléchit sur ces résultats…

"Chansons, film, livres et contes"

Variante A - Seul

Par exemple avec une chanson. Une fois que vous avez choisi et chanté (ou raconté) un passage d'une chanson à votre récipient, dites-lui pourquoi vous avez choisi ce morceau. Naturellement, vous vous faites aider par votre intuition, votre imagination ou mieux encore par vos Amis invisibles.

Variante B - À deux ou plus

La même chose, mais à plusieurs. Le premier commence à chanter (ou à raconter un passage d'une chanson). Les autres continueront en disant un mot en rapport avec la chanson (le premier mot qui vient sans réfléchir). Le chanteur dira pourquoi il a choisi cette chanson/ce passage puis chacun expliquera à son tour le mot qu'il aura ajouté. Bien sûr vous allez compléter avec d'autres mots pour décrire la personne.

Variante C

Avec le titre d’un film (seul ou à plusieurs).

Variante D

Avec le titre d’un livre (seul ou à plusieurs).

Variante E

Avec le titre d'un conte ou d’une fable (seul où à plusieurs).

Variante F

Les mêmes choses, mais avec des personnes dans le MONDE SPIRITUEL.

Aura soma

L'aura soma est une ancienne méthode de médiumnité.

Elle se présente sous la forme de flacons qui contiennent un ou deux liquides colorés (environ 110 sortes). Le récipient choisit quelques flacons (max. 4).

Le médium, pour effectuer la consultation, se basera sur les couleurs des flacons choisis.

Exemples de flacons : Google/ Images /digiter aura soma

- 1er flacon L'âme, pourquoi elle est ici sur Terre, ses buts
- 2ème flacon Les obstacles, le passé
- 3ème flacon Les faiblesses, la santé (attention!), maintenant
- 4ème flacon Les prochains six mois.

"La musique classique"

Variante A - Seul

Choisissez un morceau de musique classique (ou une autre !). Vous êtes détendu et pendant que vous écoutez, posez-vous les questions suivantes :

- Pourquoi ai-je choisi ce morceau ?
- Quelles sont les sensations que je ressens ?
- Les énergies… changent-elles ?

Puis réécoutez le morceau de musique et cette fois faites un dessin sur du papier. Dessinez ce qui vous vient, ce que vous ressentez vouloir dessiner.

- Qu'est-ce que ce dessin veut dire pour vous ?
- Quelles sensations ?
- Pourquoi il vous "parle" ?

Variante B - À deux

Même chose, mais partagez avec votre récipient les réponses aux questions ci-dessus.

"Le verre"

Comment ça marche ?

Prenez un verre tout simple. Remplissez-le d'eau. Sans regarder, demandez à une personne de mettre deux doigts dans le verre. En même temps demandez-lui de penser à...

- Ses désirs
- Ses sensations
- Des souvenirs
- Des rêves

Pas besoin de rester longtemps, quelques instants suffisent. Demander alors au "médium" de focaliser son attention sur l'eau contenue dans le verre et d'essayer de ressentir et de parler du récipient.

Variante

Faire la même chose avec quelqu'un du MONDE SPIRITUEL qui "appartient" au récipient.

"Les 3 couleurs"

Variante A

Le médium choisit une couleur pour parler de son récipient. Parlez du récipient en "psychique". Une fois terminé, échangez les rôles.

Variante B

Le même exercice, mais avec 2 couleurs et un autre participant.

Variante C

Le même exercice que pour A/B/C, mais cette fois le médium laisse une tierce personne choisir les couleurs !

Variante D (de plus en plus difficile !)

Le même exercice mais avec :

- 1 couleur pour le physique
- 1 couleur pour les émotions
- 1 couleur pour le mental

"La feuille, la fleur"

Variante A

Dessinez une feuille d'arbre pour votre récipient. Utilisez le plus de couleurs possibles. Ce peut être une feuille de pin, de chêne, longue, courte, large, étroite.

Focalisez votre attention sur la feuille dessinée et utilisez-la comme "support". Laissez-vous aller ! Laissez travailler les sensations. Pourquoi avez-vous choisi cette feuille ? Que vous dit sa couleur ? Sa forme ? Sa texture ? Laissez votre créativité s'exprimer. Le bas de la feuille ou de la fleur représente la naissance, en montant l'adolescence, puis l'âge adulte.

Variante B

Idem, Choisissez une feuille ou une fleur pour votre récipient dans la nature ! Quelle sont ses forces ? Ses points à améliorer ? Quelles sont ses émotions ? Ses désirs ? Ses besoins ?

Variante C

Idem, mais avec 2 récipients. Une sorte de ping pong, un peu pour l'un, un peu pour l'autre.

"Le Flip chart"

Le récipient se cache derrière le flip chart (tableau multi-feuilles). Une autre personne décrit le récipient, sans avoir vu qui est derrière le flip chart.

Variante

Demandez des évidences d'une personne dans le MONDE SPIRITUEL qui "appartient" au récipient.

Variante "Tournedos… "

Le médium se met face à un mur. Quelqu'un choisit un récipient parmi les participants sans que le médium le voit. Le médium donne des évidences de quelqu'un du MONDE SPIRITUEL qui "appartient" au récipient.

Variante "Sortie"

Le médium sort de la pièce. Vous choisissez quelqu'un dans le groupe. Une fois que s'est fait, le médium retourne dans la salle et commence l'exercice.

"Le… sculpteur"

Le but

Donner des conférences, parler en public sans "donner mal au ventre" ou que les auditeurs s'ennuient ou s'endorment ! Lisez quelques phrases d'un livre dans votre tête. Répétez la lecture 2 ou 3 fois. Lisez maintenant à haute voix devant un miroir et commencez à mâcher les mots, les sculpter. Parlez avec le cœur, faites des pauses… Lisez en toute conscience, en comprenant le sens de chaque mot prononcé, pas la tête ailleurs ! Essayez, vous serez surpris !

Variante

Répétez le même exercice à deux et échangez les rôles.

"Les mots des Anges…"

Comment ça marche ?

Chaque participant se "connecte" à son "Team" du MONDE SPIRITUEL. Il demande des mots, une phrase que le récipient aimerait entendre (par ex. espoir, émotion, guérison, etc.).

Essayez de :

- Sentir et de comprendre les émotions du récipient.
- Faire la différence entre les émotions du

  MONDE SPIRITUEL et vos propres émotions.

Ressentez… ce n'est pas forcément sous forme de communication. Devenez un expert. Aussi connectez-vous à la vraie Essence du MONDE SPIRITUEL. Vous êtes leur porte-parole. Parlez aussi des émotions, d'évidences, de la peine qu'ils ont eue, la joie, la douleur, l'amour…

"Les phrases cachées"

Comment ça marche ?

Laissez-vous aider par le MONDE SPIRITUEL !

- Prenez une feuille de papier blanc.
- Inscrivez votre prénom dans un coin.
- Pliez un bout de la feuille pour le cacher.
- Passez la feuille à un autre participant qui écrira une phrase (à l'aide de son inspiration).
- Pliez encore une fois pour cacher ce qu'il a écrit.
- Passer au prochain qui écrira à son tour une phrase.
- Continuez ainsi…
- Si quelqu'un n'a rien à écrire, simplement faire passer la feuille à la prochaine personne.

Une fois terminé, lisez ce qui a été écrit. Vous serez… surpris!

"Les nom"

Comment ça marche ?

Prenez des petits cartons (ou des morceaux de papier). Sur chacun d'eux, écrivez un mot, par exemple amour, joie, silence, paix, etc.

Retournez les cartons et choisissez-en un au hasard, ou demandez à quelqu'un dans le public de le faire pour vous.

- Seul devant votre public, lisez ce qui y est écrit, et parlez du sujet. Laissez-vous aller ! Laissez vivre les sensations.

- Qu'est-ce que ça vous dit ? Quels sont les mots qui vous viennent ? Parlez, laissez-vous inspirer !

Autres possibilités, devant votre public

Présentez-vous… et parlez d'un sujet qui vous plaît.

"Le jeu de rôle"

Le but

Déstabiliser le médium, le confronter aux situations "difficiles" ! Demandez à un ami de jouer un des rôles ci-dessous, d'un récipient qui :

- N'arrête pas de parler.
- Est très émotif.
- Sait tout, plus que le médium…
- Refuse systématiquement les évidences !
- "Ah… le médium est super, il est comme un Dieu"….

Variante

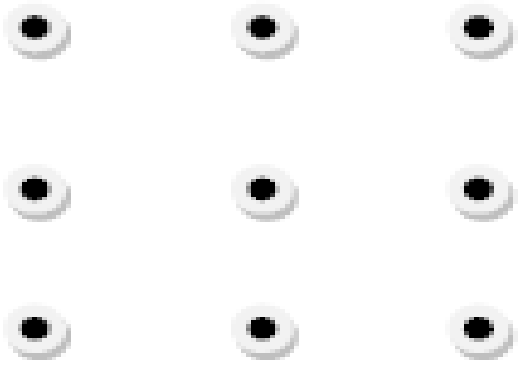
Le médium trouve le besoin du récipient, qui a été préalablement défini hors de sa présence. Par exemple le récipient voudrait...

- Qu'on parle de lui.
- Savoir quoi faire pour son travail.
- Qu'on parle de son couple.
- Ne croit pas à la médiumnité, et/ou ne croit à rien.

"Sortir du cadre"

Comment ça marche ?

Unissez tous les points avec une ligne droite, sans soulever le crayon de la feuille, en passant seulement une seule fois sur chacun des points noirs, n'oublions pas que nous sommes tous créatifs !



Pour être créatif, il faut "sortir du cadre" ! Solution à la fin du livre.

"Objets cachés"

Comment ça marche ?

Dessinez un plan des lieux. Demandez à quelqu'un de cacher un objet dans la maison, l'appartement ou la pièce où vous vous trouvez.

Essayez de répondre à ces questions :

- Où est l'objet ?
- Quelle forme a-t-il ?
- Quelles couleurs ?
- Sensations ?
- Il sert à quoi ? Matière ?
- Forme ?
- On le trouve où généralement ?

Variante A

La même chose, mais cette fois l'objet est caché dans une boîte fermée, ou sous une serviette devant vous.

Répondez aux mêmes questions que ci-dessus.

Variante B

Exercice à faire à deux.

Une personne pense à une couleur et l'autre personne essaie de deviner de quelle couleur il s'agit.

- Quelle sensation ?
- Qu'est-ce qu'elle ressent ?
- Emotion ?
- Images? Etc.

ILS ONT DIT...

Pourquoi ces citations ?
Elles font partie de ma philosophie de vie… Elles ne sont pas qu'une simple liste:
Je les utilise dans mes cours et consultations!

Claudio Monteverdi 1567, mon papa, 1914*
L'opéra Le retour d'Ulysse, Acte 5, Scène 8, Euryclée : Que fais-tu?
Tu te tais où tu parles ? On ne doit pas toujours dire ce que l'on sait.

Le dicton populaire* :
Un beau "se taire" ne fut jamais dit !

Socrate, 470 ou 469 av. J.C.
La meilleure façon d'apprendre est de l'enseigner.

Alexandre Gustave Eiffel, 1832
A propos de la tour qui porte son nom : Elle est inutile, mais c'est parce qu'elle ne sert à rien qu'elle est indispensable !

Albert Einstein, 1879
Il y a deux choses infinies, l'univers… et la stupidité humaine… du premier j'ai quelques doutes !

Dans la Bible, "Evangile de Luc"
Chap.11, Verset 9 : Demandez et il vous sera donné. Il suffit de Le prier.

Chap.23, Verset 34, Jésus : Père, pardonnez-leur, ils ne savent pas ce qu'ils font.

Dans la Bible, "Evangile de Matthieu"
Chap.5, Verset 48: Si quelqu'un te gifle sur la joue droite, tends-lui aussi l'autre.

Chap.7, Verset 3-5 Quoi ! tu regardes la paille dans l'œil de ton frère; et la poutre qui est dans ton œil, tu ne la vois pas?

Chap.20, Verset 1-16: béni seront les derniers

Dans la Bible, Esaïe
Chap 58, Verset 10
Si tu donnes ta propre subsistance à celui qui a faim, Si tu rassasies l'âme indigente, Ta lumière se lèvera sur l'obscurité, Et tes ténèbres seront comme le midi.

Deutéronome* 8 7-9
Un pays de blé, d'orge, de vignes, de figuiers et de grenadiers ; un pays d'oliviers et de miel ; un pays où tu mangeras du pain avec abondance, où tu ne manqueras de rien
**Il peut être lu comme le cinquième livre de la Bible hébraïque, le dernier de la Torah. Il contient le récit des derniers discours de Moïse aux Israélites.*

Erik Peterson Grandjean, 1890
La vie est une perpétuelle découverte.

François-Marie Arouet dit Voltaire, 1694
C'est par le doute que l'on apprend…

Ralph Waldo Emerson, 1803
Enlever la peur = Comprendre = Avoir l'expérience pour comprendre.

Sénèque, 4 av. J-C
Ce n'est pas parce que les choses sont difficiles que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas qu'elles sont difficiles !

Gordon Higginson, 1918
Le spiritualisme traite de la vie, non de la mort.

Mohandas K. Gandhi (Mahatma Gandhi), 1869
Le pardon est l'ornement des forts.

Arthur Findlay, 1883
La mort n'est qu'un contour sur le chemin de la vie.

Marcel Proust, 1871
Le bonheur est bénéfique pour le corps, mais c'est le chagrin qui développe les pouvoirs de l'esprit.

Lindner Hotels & Alpentherme, Leukerbad
Nicht nur besser, anders !
(Non seulement mieux, autrement !).

Totò (Antonio De Curtis), 1952
Dans le film Totò a colori : Ogni limite ha una pazienza !
(Chaque limite à une patience !).

Robert Mallet, 1915
Les bonnes idées n'ont pas d'âge, elles ont seulement un avenir

Mère Thérèsa, 1910
Le manque d'amour est la plus grande pauvreté.

"Red Cloud" (Nuage Rouge),
Guide spirituel d'Estelle Roberts
Je suis… ce que vous voulez que je sois…

Dans le Talmud…
Prends bien garde à ne jamais faire pleurer une femme parce que Dieu compte ses larmes. La femme est sortie de la côte de l'homme, non de ses pieds pour être son paillasson, ni de sa tête pour lui être supérieure, mais de son flanc pour être son égale, juste au-dessous de son bras pour être protégée, et à côté de son cœur pour être aimée.

William Blake, 1757
L'évidence d'aujourd'hui, l'imagination d'hier !

Edwin Powell Hubble, 1889
En plus de la nôtre, il existe des milliards de galaxies…
Plus une galaxie est loin de nous, plus elle s'éloigne rapidement !

Florence Foster, 1868
Les gens pourront toujours dire que je ne sais pas chanter,
mais personne ne pourra jamais dire que je n'ai pas chanté!

Omnia mea mecum porto
Je transporte avec moi tous mes biens. Selon Cicéron, Bias, l'un des sept sages, fuyant Prièn prise par l'ennemi. A ceux qui s'étonnaient qu'il n'emporte aucun bien, ni argent, il répondait qu'il les portait tous avec lui: la droiture, l'honnêteté, l'expérience et la vertu.

Coluche, Humoriste et Comédien 1944
Les portes de l'avenir sont ouvertes à ceux qui savent les pousser.

Daniele Sassi, 19??

- Fais-toi petit… on verra ta grandeur !

- L'Amour infini fini dans le plus petit des gestes d'amour…

  "LE SOURIR".

- J'ai compris pourquoi je n'avais pas compris. Pour comprendre, il faut se rendre compte de n'avoir rien compris. Ceux qui pensent avoir tout compris c'est qu'ils n'ont pas encore compris qu'ils n'ont rien compris. Avez-vous compris?!

Qui est Pandore (où Pandora)?

Athéna, Minerve pour les grecques, déesse de la sagesse, donna la vie à Pandore. Elle l'habilla et lui enseigna à être habile de ses mains notamment par l'art du tissage.

Aphrodite, déesse de l'Amour dota Pandore de beauté.

Apollon, le dieu grec des arts, du chant, de la musique, de la beauté masculine, de la poésie et de la lumière. Le dieu des purifications et de la guérison, lui accorda un certain talent musical.

Les Charites assimilées aux Grâces par les Romains, sont des déesses personnifiant la vie dans toute sa plénitude: la séduction, la beauté, la nature, la créativité humaine et la fécondité lui offrirent des colliers d'or

Les Heures, «saisons», sont un groupe de déesses personnifiant les divisions du temps ils leur ont donné des guirlandes aux fleurs printanières.

Hermès, le messager des dieux, l'intermédiaire auprès des hommes, principalement de Zeus, lui fit le pire des cadeaux: il lui apprit l'art du mensonge, de la persuasion et l'affubla d'un caractère instable.

Héra, la déesse protectrice des femmes et la déesse du mariage, gardienne de la fécondité du couple mis sa touche finale et la dota de jalousie.

Pandore ainsi créée avait donc **un magnifique corps** de vierge, dotée de la parole. Mais dans son sein, elle cachait des **mensonges** et des **mots trompeurs**.

Avec ce présent qu'est Pandora, les Dieux offrent en cadeau **le malheur aux hommes** mortels.

Pour se venger de Prométhée, qui donna le feu aux hommes Zeus proposa donc en cadeau la main de Pandore à Épiméthée. En guise de cadeau de mariage, Zeus donna à Pandore une boîte mystérieuse qu'il lui interdit d'ouvrir. Cette boîte qui était en fait une jarre contenait tous les maux et malheurs de l'humanité : la maladie, la vieillesse, la misère, l'orgueil, la folie, la passion, la tromperie, le vice, la guerre, la famine. Cédant à la curiosité Pandora ouvrit la boîte « Ouvrir la boîte de Pandore » signifie donc provoquer, volontairement ou non, une série de problèmes. Déclencher une série d'événements successifs et désastreux. Ou encore prononcer des paroles ou produire des faits qui sont à l'origine du malheur.

Des citations
de mes « confrères » avec les étoiles et dans les étoiles…

Marc Veyrat
Une fois qu'on arrive au sommet… reste seulement la descente!

Alain Ducasse
«C'est une histoire d'amour la cuisine, il faut tomber amoureux des produits et puis des gens qui les font.»

Et dans les étoiles…

Paul Bocuse
Il n'y a pas de bonne cuisine si au départ elle n'est pas faite
par amitié pour celui ou celle à qui elle est destinée.

Et vous : allez-vous… :

Aimer mon site internet?…

www.danielesassi.net

Le partage…, n'est pas la vrais richesse?

https://archive.org/details/@daniele_sassi

Merci !

TEMOIGNAGES

Un monsieur pas comme les autres

Je souhaiterais par ce témoignage apporter un peu de baume au cœur, du soutien à tout un chacun, afin de leur faire du bien, et par la même occasion rendre un hommage à un Monsieur peu ordinaire qui a, à un moment de ma vie, été vraiment extraordinaire. Cet artisan du bonheur, m'a amené à une réflexion. Nous rendons-nous compte que l'être humain est un remède pour le cœur et le corps ? Réalisons-nous que nous avons des ressources inestimables pour aider notre prochain ? Un moment difficile de ma vie a fait que j'ai rencontré des problèmes de santé ravageants pour mon corps et mon esprit. Après une longue hospitalisation, une conclusion s'imposait à moi; dans le milieu médical le patient est-il encore considéré comme un être humain ? Ce monde-là se retranche derrière une technicité de plus en plus pointue. Il se robotise, se déshumanise et oublie que le patient n'est pas juste un objet, un dossier à étudier. Ce manque d'humanité et de dignité m'a poussé à me tourner vers une médecine douce et un miracle a fait que j'ai croisé sur ma route un guérisseur comme il en existe rarement. Il ne portait pas de blouse blanche, était dépourvu de technicité et surtout de prépotence.

Son remède était uniquement son dévouement, son empathie ; il a mis des mots cicatrisants sur mes maux. Finalement, je me suis sentie respectée dans ma dignité de personne humaine. Ce médecin de l'âme recueille les cœurs fragiles, les cabossés de la vie, apporte un souffle d'amour et d'humanité, pour redonner force et courage aux êtres abîmés. Il est un faiseur de bien rempli d'une richesse qu'il met au service des autres avec dévotion et compassion. Dans notre monde moderne nous vivons de manière effrénée où réussite sociale, travail, argent sont prioritaires. Nous en devenons égocentriques et oublions que les petites attentions sont une valeur précieuse pour vivre sereinement. Elles se résument à un appel téléphonique, un café au coin d'une table, un mot de réconfort qui apporte à la personne qui le reçoit de l'Amour. Ce touchant Monsieur s'appelle Daniele Sassi et son altruisme et son dévouement a été contagieux pour mon cœur. Alors dès aujourd'hui, arrêtons-nous un instant, pour aller à l'encontre de notre prochain, faire du bien, nous en ressortirons enrichis. Cela ne coûte rien et remplit les cœurs, il suffit juste une fois de prendre le temps.

Gabriella G.

Un homme extra-ordinaire à découvrir de toute urgence !

Des ateliers de développement personnel, des cours de médiumnité et autres, j'en ai suivi pas mal cette dernière décennie et chacun, à sa manière, représenta un pas de plus sur le chemin de ma connaissance et de ma guérison. Jusqu'au jour où je fis un saut… quantique ! Ce fut tout à fait "par hasard" car Daniele est très, très, très… discret, que j'appris qu'il forme des Spirituel guérisseurs. Sans réfléchir une seule seconde, n'écoutant que mon intuition je me rendis à son cours. Qui n'a pas vécu un cours avec Daniele n'a pas vécu de cours ! Comment expliquer LA différence que fait Daniele ? Dans un cours "standard", on se dit "J'ai appris quelque chose !". Et quand on a en plus la chance d'avoir un prof sympa on se dit "Super, j'ai appris quelque chose et j'ai passé un moment très agréable !". Dans les cours de Daniele, il y a tellement plus ; avec lui on en prend plein le cœur et l'âme ! En plus de ses très larges connaissances - car il en a des cordes à son arc notre Tessinois préféré ! -, Daniele nous offre à profusion son écoute, son humanisme, sa compassion et sa sincère volonté de transmettre tout ce qu'il a reçu, vécu et découvert, le tout avec… un humour si bienveillant ! Et comme si tout cela ne suffisait pas, Daniele travaille pour nous avec ses Amis Invisibles (son Team) du MONDE SPIRITUEL, et quelle Team ! Les Meilleurs des Meilleurs !

Avec Daniele on ne suit pas un cours, on le vit, on le ressent. On s'y transforme en profondeur, on devient qui on est vraiment. Et quand on est qui on est vraiment, on peut alors commencer à devenir ce que Daniele enseigne. Merci du fond du cœur à toi Daniele et à tes Amis Invisibles (ton Team), vous qui avez apporté l'Amour et la Joie du MONDE SPIRITUEL dans ma vie en m'enseignant la guérison que j'expérimente chaque jour, pour mon plus grand bonheur et celui de mon entourage. Mais ce ne fut pas tout, car Daniele m'a aussi enseigné la transe écrite et parlée, la médiumnité, le maniement du pendule, la lecture de l'aura, le "oui-ja", les cartes de guérison et… de savoureuses recettes de cuisine italienne !

What else, Daniele?!!!!

V.B.

Autres ici :

www.danielesassi.net/temoignages

SOLUTIONS DES EXERCICES

Deux animaux, la mer, la montagne et un mur…

Le premier animal
= votre propre description, comment vous vous voyez.

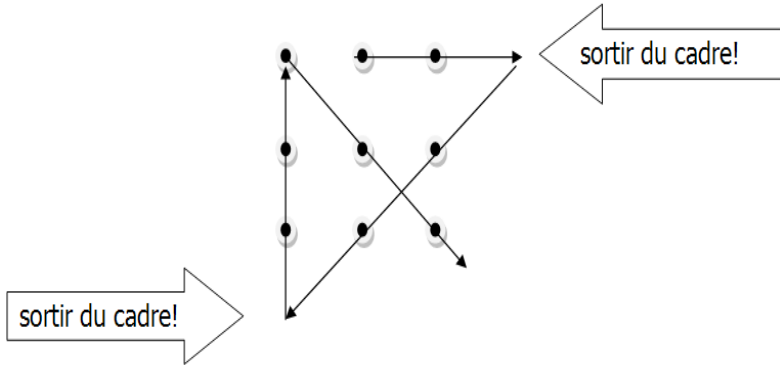
Le deuxième animal
= la description de votre partenaire idéal…

La mer ou la montagne, peu importe
= votre rapport au sexe

Le mur
= votre rapport à la mort

Sortir du cadre"

Il existe plusieurs solutions, en voilà une :



"La méditation guidée"

Porte 1

= comment je me comporte avec les gens

Porte 2

= mon enfance

Porte 3

= mon présent / futur (les prochains 3 mois...)

L'objet sur la table

= un cadeau du MONDE SPIRITUEL

L'objet est laissé sur la table ? La personne estime ne pas en avoir besoin ? Ou ne pas le mériter ? Ou manque de confiance en soi.

"Lecture de l'aura"

Signification des "positions". **Regardez-les seulement une fois tout terminé.** Je vous invite à faire l'effort. Quand il n'y a plus rien qui vient, alors continuez.

1 L'énergie que je donne vers les autres, vers l'extérieur.

2 Ce que les autres pensent (ressentent) de moi.

3 Talents, dons, carrière et finances.

4 La clef pour le bien-être.

5 Que faire pour que la relation soit bonne.

6 L'Énergie qui vient maintenant, les plans, les décisions (horizon jusqu'à 6 mois).

7 Les rêves, le jardin secret.

8 Les besoins maintenant.

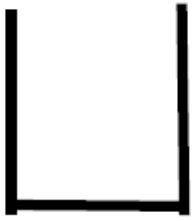
9 La famille, la relation maintenant et influence de l'enfance.

10 La mission de vie sur Terre, leçon de vie, défis.

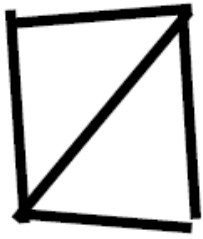
"Les signes"

Comment les autres me voient

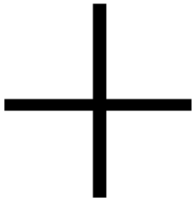
Travail/carrière



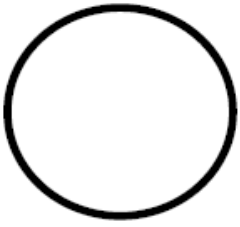
Amour



Maison



Spiritualité



Comment moi je me vois

BILIOGRAPHIE & LINK INTERNET

SPIRITUALISME ET MEDIUMNITE

Allan Kardec, sa vie, son œuvre, Anonyme, Ed. Vermet , 2007, 94p.

Le livre des Spirituel, Allan Kardec, Ed. J'ai lu, 2007, 440 p.

Le livre des Esprits Allan, Kardec, Ed. J'ai lu, 2005, 539 p.

Voyage spirite en 1862, Allan Kardec, Ed. Vermet, 1997,

L'Evangile selon le spiritisme, Allan Kardec, Ed. Philman, 2013, 439 p.

Edgar Cayce, l'homme du mystère, Joseph Millard, Ed. J'ai lu, new age

L'ami invisible, John Ge

Le test, Une expérience inouïe: la preuve de l'après-vie ?, Stéphane Allix, Ed. Albin Michel, 2015, 280 p.

EMI (Expérience de Mort Imminente)

La vie après la vie, Ils sont revenus de l'au-delà, Dr. Raymond Moody, Ed. J'ai lu, Aventure secrète, 2003, 189 p.

La mort est un nouveau soleil, Quand la mort est une porte ouverte sur une autre vie, Dr. Elisabeth Kübler-Ross, Ed. Pocket, Nouvelle, 2002, 156 p.

La vie après la mort : les preuves, La plus grande enquête jamais réalisée sur les expériences de mort imminente, Jeffrey Long avec Paul Perry, Ed. Pocket, 2010, 220 p.

Les 7 bonnes raisons de croire à l'au-delà : Le livre à offrir aux sceptiques et aux détracteurs, Dr. Jean-Jacques Charbonnier, Ed. J'ai lu, Aventures secrètes, 2014, 216 p.

La preuve du paradis, Voyage d'un neurochirurgien dans l'après-vie, Dr. Eben Alexander, Ed. J'ai lu, 2015, 254 p.

MESMERISME

Mémoires sur la découverte du magnétisme animal, Franz Anton Mesmer, Ed. Allia, 2006

Mesmer et son secret, Jean Vinchon, Ed. L'Harmattan,

MEDITATION

Les états d'âme, un apprentissage de la sérénité, Christophe André, Ed. Paris, O. Jacob, 2009, 480 p.

Méditer pour ne plus déprimer, La pleine conscience, une méthode pour vivre mieux, Mark William, John Teasdale Zindel Segal, Jon Kabat- Ed. Paris, O. Jacob, 2011, 328 p.

Méditer, pourquoi et comment, vers la vie initiatique, Karlfried Graf Durckheim, trad. par C. de Bose, Ed. Le Courrier du livre, 1988, 181 p.

Marcher, méditer, J. Vigne, Ed. Albin Michel, 1998, 148 p.

Méditer c'est se soigner, Frédéric Rosenfeld, Ed. Les Arènes, 2007, 346 p.

Soigner par la méditation, thérapies de pleine conscience, Claude Berghmans avec la collaboration de James D. Herbert Ed. Issy-les-Moulineaux, Elsevier Masson, DL 2010, 190 p.

La méditation des paresseuses, Anne Ducrocq, Ed. Marabout

Pratique de la méditation, Fabrice Midal, Audiolib (WMA)

PENDULE ET RADIESTHESIE

Les sourciers et leurs procédés. La baguette, le pendule, Mager, Henri, Ed. Paris, H. Dunod et E. Pinat éd., 1913, 314 p.

Le pendule, coffret-kit, Sig Lonegren, Ed. Paris, France Loisirs, 1991

Le guide du pendule, Jocelyne Fangain, Ed. Paris, J'ai lu 8357, Aventure secrète, 2007, 155 p.

Le grand livre du pendule, le pendule et ses conseils au quotidien, un manuel moderne pour tous, Petra Sonnenberg; trad. Peter Schmidt, Ed. Paris, Trédaniel, Poche, 2009, 331p.

La science et les sourciers, baguettes, pendules, biomagnétisme, Yves Rocard, Ed. Paris, Dunod, 2004, 2e éd. revue et augmentée, 303 p.

ANATOMIE ET PHYSIOLOGIE

Anatomie et physiologie humaine, Elaine Marieb, Katja Hoehn, Linda Moussakova, René Lachaîne, Ed. ERPI, relié, 4e édition, 2013, 1'293 p.

Anatomie, physiologie, pathologie du corps humain, Peter Kugler, Gerda Raichle (illustr.), Christophe Prudhomme, Ed. Maloine, 2014, 518 p.

Anatomie et physiologie, une approche intégrée, Michael McKinley, Valerie Dean O'Loughlin, Terri Stouter Bidle, Ed. Maloine, 2014, 1'478 p.

Coffret Anatomie et physiologie humaine, manuel et cahier d'activités, Elaine Marieb, Katja Hoehn, Linda Moussakova, René Lachaîne, Ed. Collectif Pearson

S'entraîner en anatomie physiologie, Cédric Favro, Ed. Estem, 2014, 476 p.

Anatomie et physiologie humaine, Elaine Marieb, Ed. ERPI, 2014, 1'400 p.

MIND MAPPING ET CREATIVITE

Boostez votre créativité avec le Mind Mapping, Delengaigne, Xavier, Ed. Paris, Dunod, 2013

Développer ses talents et sa créativité, Bouillon, Eveline, Jouve, Frédéric Ed. Paris, Hachette pratique, 2012

Mind map® dessine-moi l'intelligence, Libérez votre créativité, Boostez votre mémoire, Transformez votre vie, T. Buzan, M. Bouvier, J. Harrison, Ed. Paris, Eyrolles, 2012

La Boîte à outils de la créativité, F. Debois, E. Chenevier, Ed. Dunod

FORMATION POUR ADULTES

Comprendre la formation des adultes, D. Delasalle, JP. Martin

La formation des adultes 100 questions pour comprendre et agir, Alain Labruffe, Ed. Afnor, 2005, 283 p.

La formation des adultes, hier, aujourd'hui, demain, Pierre Caspar, Ed. Eyrolles

Concevoir des dispositifs de formation d'adultes, Du sacre au simulacre du changement, Sandra Enlart, Ed. Les éditions Démos /Institut Demos

Ce que former des adultes veut dire, Cédric Frétigné, Ed. Publibook

DIVERS

Le grand dictionnaire des malaises et des maladies, Jacques Martel, Ed. Quintessence, 2007 622 p.

Dis-moi où tu as mal, Le lexique. Plus de 300 pathologies ou traumatismes décodés, Michel Odoul, Ed. Albin Michel, 281 p.

Manuel Aura-soma, Mike Booth, Ed. Recto Verseau Editions

Dictionnaire des symboles, Mythes, rêves, coutumes, gestes, formes, figures, couleurs, nombres, Jean Chevalier, Alain Gheerbrant, Ed. Robert Laffont/Jupiter, 1'060 p.

Link internet gratuit ici:

play.google.com/store/books/details?id=MBnLDwAAQBAJ

REMERCIEMENTS

J’ai écrit ce livre avec tout mon cœur et toute ma passion. J’ai essayé de vous décrire cet Amour infini, cette Puissance qui est là, pour nous tous, toujours. Cet Amour inconditionnel que mon vocabulaire et mes limites d'homme font que je n'ai pas assez de mots pour décrire. MERCI pour Votre savoir que Vous me permettez de partager, Amis Invisibles… Je suis simplement votre serviteur, "je n’ai que deux mains et mon cœur à vous offrir…, mais je suis fier d’être à Votre service !

Mes remerciements et ma gratitude vont aussi à mes enseignants notamment, lors de mes débuts : à Christian Schudel et Fernanda Marchetti, puis à mes professeurs, tous accrédités à l’Arthur Findlay College, Stansted en Angleterre et accrédités par la SNU et dans de nombreux autres collèges dans le monde entier :

Sandie Baker, Libby Clark, Helen DaVita, Eamonn Downey, Chris Drew, Thelma Francis, Paul Jacobs, Simon James, John Johnson, Brenda Lawrence, Angie Morris, Maureen Murnan, Janet Parker, Lynn Parker, Brian Robertson, Sue Rowland, Lilian Steiner, Mallory Stendall, Tony Stockwell, Bill Thomson, Biagio Tropeano, Stella Upton, Steven Upton, Jackie Wright, Kitty Wood, Su Wood. David Schiesser, Pamela Pollington, Chris Drew

Cette liste n’est pas exhaustive et que ceux qui n'y figurent pas se sachent aussi vivement remerciés.

A PROPOS DU LIVRE ET MOI

Tout commença il y a une septantaine d'années (déjà !) quand, enfant, après m'avoir frappé, on m'enfermait à la cave. Ma grande sœur me disait : "Si tu n'es pas gentil, il y a le Babao qui viendra te chercher" ! Le Babao (ou Babonneau, plus rarement Barabao) est comme le Croquemitaine, un monstre imaginaire aux caractéristiques mal définies et qui est traditionnellement évoqué pour effrayer les enfants ! Enfermé à clé dans la cave, tout seul, sans lumière, j'étais conscient de "présences". Je leur demandais Mais pourquoi ? Pourquoi on m'enferme dans une pièce noire ? Pourquoi moi ? Qu'est-ce que j'ai fait pour mériter ça ? Personne ne me répondait. J'ai compris maintenant pourquoi. Malheureusement je reçois encore des enfants à qui on inflige des punitions extrêmement violentes. Enfant, on me demandait : "Que veux-tu faire quand tu seras grand ?". Je répondais toujours "Devenir enseignant parce qu'on a beaucoup de vacances." Comme je me trompais ! Ma grand-mère Liseta était guérisseuse et avait une sorte de secret. Elle faisait le signe de croix sur les blessures en récitant une prière. Elle préparait aussi une espèce de pommade avec des herbes qui dégageait une odeur nauséabonde ! Elle la passait sur les blessures et sur les brûlures pour soulager la douleur. Tristement, elle est partie dans l'Autre Monde avec son secret… A l'âge de 16 ans, j'ai commencé à lire les cartes, j'utilisais celles de "Madame Lenormand" et surtout les "Milanaises". Finalement, j'arrête mes études, pas trop envie. Je commence ma carrière dans une grande banque où je remplis des formulaires à la machine à écrire (vintage !), bof… Un an après, je pars pour Zürich travailler dans une autre banque, cette fois au Département Bourse. A mon arrivée on me demande ma pièce d'identité, vu mon prénom (Daniele), ils attendaient une jeune femme….

C'est qu'ils ne m'avaient pas vu avant, j'avais juste postulé par lettre, sans photo. Les temps ont bien changé ! A 19 ans, je suis allé à Lucerne pour voir une médium. "Elle écrit ce que les morts lui disent.", m'avait raconté un ami. Une expérience très… intéressante. A 22 ans, retour au Tessin en qualité de caissier. Joli ! Les clients apportaient des valises pleines d'argent, souvent des billets de 10 000 lires qu'il fallait compter... C'était comme aller chez le boucher. Un grand banc nous séparait des clients. On leur serrait la main, il n'y avait pas de vitre, juste une alarme pour la nuit. Un beau jour, vu ce qui se passait, on a été obligé de changer de locaux. Portes, vitres blindées, accès sécurisé, l'impression d'être enfermé, comme à l'intérieur d'un bunker. Je décide de changer et je deviens conseiller en assurances. Après une dizaine d'années, me voilà à gérer un portefeuille de presque 2 millions de francs suisses. Sans oublier que j'avais été aussi chef du service interne et responsable d'agence ! Puis je passe Area Manager pour la Suisse alémanique pour une autre compagnie d'assurances ; j'y gère une dizaine d'agences, ayant ainsi la responsabilité d'une vingtaine de vendeurs et d'une dizaine de personnes à l'interne. Mais "mon goût pour l'inconnu" me taraude toujours et s'affirme un beau jour de 1993, après une séance chez un médium à Genève. Dans sa salle d'attente, je "tombe" sur sa publicité pour des cours de médiumnité. C'est le déclic et le début d'une passion. Je commence des cours de médiumnité en France. Et de la passion il en faut… de Saint-Moritz où j'habite et travaille alors, je descends en voiture à Lugano, là je prends l'avion pour Genève et… en taxi pour Ferney-Voltaire ! De retour vers minuit, sur le Julier, en hiver, c'était plein de neige, je ne voyais rien ! Pas un chat sur la route ! Je trouvais un équilibre. D'un côté le travail dans la finance et, de l'autre, avec les cours, je pouvais développer mon intuition, mon imagination, ma créativité, sans oublier le côté social. Je voulais devenir médium… "tout court", mettre de côté "les cartes" et offrir quelque chose de différent et que j'estime bien plus efficace…

Un jour, mon enseignant de l'époque, pendant un cours me dit : "Toi, Daniele, tu as une centrale électrique à l'intérieur de toi, tu devrais suivre des cours de médium-guérisseur !". Macché guérisseur ?! Macché centrale électrique ?! Moi qui rêvais et m'imaginais déjà pouvoir quitter la banque, commencer ma carrière de médium au Tessin, avoir mon propre cabinet à la maison, travailler quand je voulais, fixer mes propres horaires et mon propre tarif. Bref, me mettre à mon compte, le Paradis ! Exactement le contraire d'une bonne motivation ! Je pensais…"Il veut m'ajouter à son cours !". Mais ma soif de savoir, ou tout simplement mon ressenti, me disait que peut-être ça méritait un essai. Et voilà que mon amie de l'époque me propose de tenir dans mes mains un citron. "Canalise l'énergie et si tu as un potentiel de guérison, le citron deviendra dur comme un caillou." (Une méthode empirique à oublier !) Croyez-le ou pas, mais environ une minute après le citron était devenu aussi dur qu'un caillou ! Oui, ça m'avait frappé… en si peu de temps… juste "canaliser". Alors j'ai commencé mes cours de "guérison". Un beau jour, j'apprends qu'un médium anglais donne des cours de médiumnité à Lugano. Hourra ! Fini l'avion, l'hôtel, le taxi, les dépenses, la fatigue. Voir autre chose…, suivre des cours en italien car mon anglais à l'époque était encore dans les livres ! Vite m'inscrire et continuer mes cours. En 1996, je poursuis ma formation au collège Arthur Findlay à Stansted (GB) (j'y suis allé une vingtaine de fois depuis !). Les années passent, je suis toujours à l'école de médiumnité. Jusqu'au jour où, accompagné d'autres étudiants, je donne ma première démonstration publique de médiumnité. Il y avait une cinquantaine de personnes. Je me rappelle que le "résultat" avait été "moyen". Une chose avait frappé tout le monde, je n'avais pas été aussi bon que dans les cours !

Tous en avaient été surpris. Ils pensaient : "C'est la première fois, le stress, on ne peut pas toujours être au top". Mais hélas c'était le début de la descente ! Je ne comprenais pas pourquoi…. Paul Jacobs, mon enseignant de l'époque, me dit alors (et je pense qu'il le dit toujours aujourd'hui à ses participants) : "Pour sauter plus haut, il faut prendre du recul. Pense à l'athlète qui saute à la perche… ne prend-t-il pas du recul ?" Eh oui… j'ai compris par la suite que mes facultés de médiumnité "descendaient" pour faire place à celles de médium-guérisseur. On ne peut pas être super dans tous les domaines ! J'ai continué ma formation en "guérison". Je ne sais pas pourquoi mais peu à peu je me suis rendu compte que je commençais à l'aimer, à me passionner, même à être fasciné. Apprendre à ne rien faire pour laisser faire le "Tout". Simple au premier abord, mais absolument pas facile. Je vous invite à réfléchir à cette phrase : "Pour apprendre à ne rien faire… il faut apprendre à Tout faire…". Êtes-vous d'accord avec moi ?! Je rejoins un cercle de rencontre une fois par mois à Lugano. Habitant St. Moritz (dans les Grisons), je devais terminer au plus tard mon travail à 15 heures le vendredi. Mais rien n'aurait pu me retenir, j'étais même prêt à me faire licencier si je n'avais pas pu partir à temps pour rejoindre mon groupe ! Heureusement, je peux continuer mon travail à la banque, même si pendant la haute saison, on arrivait à travailler entre 60 et 80 heures par semaine ! En 2001, je décide de tout quitter. Pourtant "j'avais réussi" comme on dit puisque juste avant l'attentat des tours jumelles à New York, avec mon chef, on gérait la fortune de quelque 500 clients, soit 980 millions de francs suisses ! Mais à vouloir trop faire et bien faire, je finis par un "burn out" (je dors 20 heures par jour pendant environ 8 mois !). Il m'a fallu près de 14 mois en tout pour me reprendre ! Mais il n'y a pas que l'argent qui compte sur Terre, en tout cas décidément pas pour moi ! En 2002, je m'établis en Valais, le pays où les vaches sont reines ! Tout un programme… Je commence mon activité de formateur et de médium-guérisseur.

Je suis une formation de formateur pour adultes, et après avoir obtenu mes diplômes, je deviens responsable pédagogique d'une importante école présente sur le plan national. Fin 2009, je passe indépendant. Il y a tant à apprendre de… l'Univers que je continue toujours ma formation. Souvent je me retrouve aux cours en tant… qu'élève assis à côté de mes élèves, c'est génial ! Au fil des années, j'ai écrit, beaucoup écrit. Et au bout du compte ces documents épars sont devenus… un livre, un guide, celui que vous avez en main maintenant. Vous y trouverez l'essentiel. Ce livre, c'est un tout…Choisissez ce que vous voulez lire. Vous savez quand vous avez débuté et vous vous formerez durant toute votre vie ! Je pense qu'il y a une seule façon de bien faire, c'est de choisir la bonne façon, c'est-à-dire "votre façon à vous", celle qui vous convient, celle qui correspond le plus à votre unicité (naturellement avec une aide !). Ces textes sont les fruits de nombreux cours, traités et publications, le tout enrichi par mes plus de 20 années d'expérience de médium-guérisseur, mûri par toute une vie bien remplie, et éclairé par des enseignants… inspirants ! C'est qu'il faut compter une bonne dizaine d'années au minimum de formation et d'expérience pour devenir un bon médium ! En Angleterre, mes professeurs, avant de se lancer dans l'enseignement, ont été "coachés" par un médium expérimenté pendant des années. Ils ont aussi passé plusieurs examens et exercé pendant des années avant de pouvoir commencer à enseigner seuls. C'est la voie que je vous invite à suivre ! Car dans un excès d'enthousiasme, attention à ne pas "mettre la charrue avant les bœufs" comme on dit ! Souvent il m'arrive de voir des élèves, pas seulement en Suisse, qui, après avoir fréquenté un cours de médiumnité de quelques jours, voire une semaine… se disent "médium" ou "guérisseur", et commencent à exercer, et même à enseigner. Le 23 novembre 2012, je décide de sortir de "l'ombre". Je donne une conférence à l'Université Populaire de Chamoson : Guérisseurs : Qu'es ce que c'est ? Pourquoi ? Comment ? Une première dans une Université Populaire !

Et me voilà aujourd'hui. Je vis au quotidien le rêve de mon enfance, l'enseignement (accompagnement professionnel adapté aux besoins spécifiques de chaque participant). Il est devenu ma passion ! Je m'occupe de former des "Spirituel-guérisseurs" et naturellement je donne des consultations pour l'aide à la santé ! J'ai commencé ma formation en 1993, à l'heure où j'écris ces lignes, 23 ans se sont écoulés. J'ai toujours pensé que pour travailler dans la lumière, il faut rester dans l'ombre ! Mon nom n'est inscrit sur aucune liste. Seulement sur l'annuaire téléphonique, mais je suis convaincu qu'il est inscrit sur une liste "invisible"… celle de mes Amis du Monde Spirituel. J'ai seulement un site internet parce que mon ami Patric a tellement insisté pour m'en créer un… Et en plus il s'en occupe gratuitement. Grazie Patric ! Les répétitions sont voulues ! C'est la méthode "**S**.**D**.**F**." qui bien évidement ne signifie pas **S**pécialiste **D**es **F**autes, mais bien... Le **S**ystème **D**aniele Qui… **F**onctionne !!! C'est sur des bases solides qu'on construit les gratte-ciels. Moi, j'aime la théorie ! Si on n'a pas les bonnes bases, des fondations solides, tout le reste sera faible ! Je trouve très importantes, fondamentales, les bases théoriques ! Même si vous pratiquez déjà, ou que vous pensez ne pas en avoir besoin, peut-être que les revoir vous sera utile. En tout cas, moi, même après toutes ces années d'expérience, j'apprends toujours quelque chose. Ça me permet de voir les choses autrement, de réfléchir, de me questionner, d'essayer, d'évoluer. On l'appelle aussi formation continue. Même après avoir étudié mon livre, soyez attentifs à ne pas vous laisser prendre par la frénésie et l'enthousiasme, retournez toujours voir les bases et continuez votre formation ! Que signifie : "C'est ma vision, à vous la vôtre" ? C'est que vous avez évidemment la totale liberté de croire à autre chose que moi, à chacun ses croyances ! Si souvent je répète : "Faites appel à la raison", "Soyez scientiste", c'est sans aucun jugement !

C'est seulement pour vous rappeler de ne rien prendre pour argent comptant, d'expérimenter autant que faire se peut. Ecrire un guide sur l'Infini est tellement infini qu'il y a une infinité de façons de voir les choses ! Mon but n'est pas de faire changer d'idée mais de faire réfléchir, chacun selon sa vision, en se posant des questions comme : Ça tient la route ? Ou ça correspond à la réalité ? C'est possible ? Par exemple, certains croient aux histoires d'épouvante, aux vieilles superstitions et croyances. C'est leur vision, pas la mienne. Moi, je cherche des faits, des évidences, des preuves ! J'essaye d'être un scientiste ! J'ose défier même le Monde Spirituel ! Je me permets de mettre en doute ce qu'Ils me disent ! Je ne suis pas un oracle qui sait tout ! J'essaye de développer ma propre façon de voir les choses. Je ne me contente pas de "répéter par cœur" des idées. Je construis, grandis, questionne, le pionnier de demain ! Être pionnier ce n'est pas facile ! Dans notre société, on a tendance à formater les gens et à les faire entrer dans des moules. Déjà sur les bancs de l'école! Pas facile après de sortir de ces moules !

J’ai un doute !

Dans la Bible, "Evangile de Matthieu"

Chap.20, Verset 1-16:
Ainsi les derniers seront les premiers…

Où

Béni seront les derniers**!...**

Merci!

Valérie!, ma secrétaire bénévole !.